



Open Access Repository  
[www.ssoar.info](http://www.ssoar.info)

## "Person"-zentrierte Beratung in der Sozialen Arbeit

Nixdorf, Christian Philipp

Erstveröffentlichung / Primary Publication

Monographie / monograph

### Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Nixdorf, C. P. (2012). *"Person"-zentrierte Beratung in der Sozialen Arbeit*. Hannover. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-67422-7>

### Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer CC BY Lizenz (Namensnennung) zur Verfügung gestellt. Nähere Auskünfte zu den CC-Lizenzen finden Sie hier:  
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.de>

### Terms of use:

This document is made available under a CC BY Licence (Attribution). For more Information see:  
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



# »Person«-zentrierte Beratung in der Sozialen Arbeit

Christian Philipp Nixdorf  
Hannover, den 12.05.2012

## Auf einen Blick – Worum es geht

Zu beraten ist eine bedeutsame Tätigkeit in der Sozialen Arbeit. In der Einzelfallhilfe, Gruppenarbeit und Gemeinwesenarbeit beraten Sozialarbeiter/innen nicht nur Klient/innen, sondern Menschen aus vielen Kreisen der Zivilgesellschaft. Ein Beratungsansatz, der sich großer Beliebtheit erfreut, da er anschlussfähig ist an das Menschenbild vieler Sozialarbeiter/innen, ist die personenzentrierte Beratung nach Carl Rogers. Im vorliegenden Text wird diese näher beleuchtet. Es wird geschildert, was die Spezifika dieser Beratungsform sind, wann personenzentrierte Beratung möglich ist und welche Kritik daran existiert. Eingegangen wird des Weiteren auf den Begründer des Ansatzes.

**Schlagwörter:** Beratung, Carl Rogers, Gesprächstechniken, Personenorientierung, Personenzentriert, Rapport, Soziale Arbeit, Systemische Beratung

## Inhalt

Anmerkungen vorab	S. 3
Was ist eigentlich Beratung?	S. 3
Warum Beratung?	S. 7
Beratung in Abgrenzung zu Therapie	S. 8
Die personenzentrierte Beratung	S. 10
Zur Person Carl Rogers	S. 10
Das Menschenbild in der personenzentrierten Beratung	S. 14
Die Aktualisierungstendenz und das Selbstkonzept	S. 15
Die Nicht-Direktivität in der personenzentrierten Beratung	S. 17
Die personenzentrierte Beziehung	S. 19
Gesprächstechniken und hilfreiches Verhalten	S. 22
Personenzentrierte Beratung in der Sozialen Arbeit	S. 26
Kritik am personenzentrierten Ansatz	S. 29
Fazit	S. 31
Literatur	S. 33

## Anmerkungen vorab

---

Im vorliegenden Text werden die personzentrierte Beratung (die teils auch als *personen-*zentrierte Beratung bezeichnet wird) nach Carl Rogers und deren Anwendungsmöglichkeit in der Sozialen Arbeit thematisiert. Es wird im Text auf zahlreiche Zitate zurückgegriffen, in denen manchmal von nicht-direktiver Beratung, vom personzentrierten Ansatz oder aber von klientenzentrierter Therapie die Rede ist. Ich verwende diese Begriffe hier synonym und subsumiere sie - Rogers folgend - unter dem Oberbegriff des »personzentrierten Ansatzes«. Dadurch wird den vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten des Ansatzes außerhalb klassischer Therapeut-Klient-Beziehungen Rechnung getragen, wie Rogers schreibt:<sup>1</sup> „Ich lächle, wenn ich an die verschiedenen Etiketten denke, mit denen ich dieses Thema im Laufe meines Berufsweges versehen habe: nichtdirektive Beratung, klientenzentrierte Therapie, schülerzentrierter Unterricht, gruppenzentrierte Führung. Da die Anwendungsgebiete an Zahl und Vielfalt zugenommen haben, erscheint mir jetzt die Bezeichnung »personzentrierter Ansatz« am aussagekräftigsten.“ (Rogers 1983, S. 66)

## Was ist eigentlich Beratung?

---

Bevor auf die Charakteristika der »personzentrierten« Beratung eingegangen wird, ist zunächst die Klärung einer grundlegenden Frage von Bedeutung: Was ist eigentlich Beratung? Beratung begegnet uns heute in verschiedensten Formen und in unterschiedlichsten Institutionen. Zur Anwendung kommen kann sie in praktisch allen Bereichen des privaten und gesellschaftlichen Lebens. Auf Beratung treffen wir etwa in Form von Schuldner-, Erziehungs-, Ehe-, Familien-, Steuer- oder Drogenberatung. Sie kann sich vollziehen als Einzel- oder als Gruppenberatung und es können sowohl Menschen als auch Institutionen oder Organisationen zum Subjekt bzw. Objekt der Beratung werden. Es gibt wohl kaum eine Person, die noch nie so etwas gesagt hat wie: „Da muss ich mich erst beraten“ oder „Ich sollte erst noch mehr Rat einholen“. Viele Menschen werden mit einer solchen Aussage einfach ausdrücken wollen, dass sie noch mehr Informationen benötigen oder Meinungen anderer Personen einholen möchten, bevor sie, welche Frage auch immer betreffend, zu einer Entscheidung kommen. Doch Beratung ist weit mehr als reine Informationsvermittlung oder das Aneignen von Wissen durch ein Gespräch. Rehtien (1998) definiert Beratung als einen zwischenmenschlichen, interaktiven Prozess, in welchem eine Person in und durch die Interaktion mit einer anderen Person mehr Klarheit über eigene Probleme und deren Bewältigungsmöglichkeiten gewinnt. Das Ziel der Beratung ist die Förderung von

---

<sup>1</sup> Mir ist bewusst, dass Sprache diskriminieren kann. Um alle Menschen anzusprechen, wäre es daher geboten, ständig in Paarform (Leserinnen und Leser) zu schreiben. Aus Gründen des besseren Leseflusses verwende ich stattdessen allerdings - dem Zufallsprinzip folgend - mal die weibliche und mal die männliche Form. Es sind indes stets Menschen jedweden Geschlechts gemeint.

Problemlösungskompetenz. Beratung soll dabei behilflich sein, die eigenen Probleme durch Erkenntnis und verbesserte Selbstorganisation zu lösen (vgl. Rehtien 1998 in Retter 2002, S. 352). Betrachtet man die Wörter *Beratung* und *Beraten* etymologisch, so leiten sie sich ab vom althochdeutschen Wort *Rat*, das sinngemäß für Fürsorge, Abhilfe und Besorgung notwendiger Mittel verwandt wurde. „Das Verb »raten« wurde im Sinne von »vorschlagen, empfehlen und für etwas sorgen« gebraucht, sowie für »sich etwas (geistig) zurechtlegen, überlegen«. Mit dieser etymologischen Begriffserklärung wird auch die Abgrenzung zu Begriffen wie »befehlen«, »anweisen« oder »informieren« deutlich“ (Mutzeck 2005, S. 12).

Allein schon in der Wortherkunft liegt also begründet, dass Beratung mehr sein muss als bloßes Informieren. Das schlichte Geben einer Auskunft ist noch keine Beratung, denn Beratung ist ein interaktiver Prozess wechselseitigen Handelns, dessen Ziel es ist, Ratsuchende bei der Veränderung ihrer Lebenssituation und bei konkreter Problembewältigung zu unterstützen. Die Interaktion zwischen beratender- und ratsuchender Person, welche sich in einem Wechselspiel gegenseitigen Sprechens, Hörens und Verstehens vollzieht, ist aber nur ein Aspekt der Beratung. Entscheidend ist außerdem, dass die Beratung „im Gegensatz zum Alltagsgespräch planvoll, fachkundig und methodisch geschult durchgeführt wird und [...] auf einer beidseitigen Verbindlichkeit, Verantwortung und auf einem arbeitsfördernden Vertrauensverhältnis beruht“ (Mutzeck 2005, S. 14). Auch Giesecke (1997, S. 88 ff.) betont die Notwendigkeit planvollen Vorgehens sowie die Strukturiertheit der Beratung und die zeitliche wie thematische Begrenzung eines Beratungsprozesses. Dieser ist im Wesentlichen gekennzeichnet durch die Diagnose der Situation, die Festlegung des Beratungsziels, durch das methodische Vorgehen sowie durch die Prüfung der Beratungsergebnisse und gegebenenfalls durch die Korrektur des Lernprozesses.

Beratung hat zielgerichtet, planmäßig und absichtsvoll sowie basierend auf methodischen Kenntnissen zu erfolgen. Wichtig dabei ist, dass der Berater über ein möglichst breites Spektrum methodischer Kenntnisse verfügt, um nicht Gefahr zu laufen, den Klienten der bevorzugten Methode unterzuordnen. Denn: „Nicht die Methode bestimmt den Verlauf der Beratung, sondern das Problem, der Gegenstand, die Lebensumstände bestimmen die Vorgehensweise“ (Galuske 1998, S. 176). Berater dürfen sich nicht auf ein allzu begrenztes methodisches Repertoire stützen, sie müssen vielmehr über umfangreiche problem-, klienten- und zielspezifische Methoden verfügen, diese integrieren und situationsadäquat vorgehen, indem sie aus den verschiedensten Quellen, Systemen und Stilen jene Methode auswählen und zur Anwendung bringen, welche in diesem Moment für den spezifischen Klienten unter den gegebenen Umständen als das Beste erscheint (vgl. ebd., S. 176-177). Vom Anweisen und Befehlen unterscheidet sich Beratung insofern, als die ratsuchende Person immer über die Freiheit verfügen muss, dem Rat nicht Folge zu leisten. Dies ist beim Anweisen und Befehlen in der Regel nicht der Fall, da beide Kommunikationsformen ein hierarchisches Machtverhältnis bedingen, zumal ansonsten die Ausführung der Anweisung

bzw. des Befehls nicht garantiert werden könnte. Nun sind Beratungssituationen allerdings keinesfalls frei von Abhängigkeitsverhältnissen. Die beratende Person verfügt in der Regel über mehr spezifisches Fachwissen (etwa bei der Schuldner-, Finanz- oder Rechtsberatung), oder aber sie hat einen Kompetenzvorsprung in Bezug auf das Wissen um Kommunikationsprozesse, Gesprächstechniken und die Vermittlung sowie Präzisierung von Gesprächsinhalten. Die beratende Person stellt für die ratsuchende Person eine Ressource dar, denn hätte die beratende Person dem ratsuchenden Menschen nichts anzubieten, so würde dieser Mensch deren Rat wohl kaum einholen.

Der Ratsuchende hat also, in den genannten Punkten, dem Ratgeber gegenüber in der Regel einen Nachteil. Der Ratsuchende hat aber in einem anderen Punkt auch einen entscheidenden Vorteil und Informationsvorsprung gegenüber dem Ratgeber: Der Ratsuchende weiß viel eher um sein Problem als der Berater. Der Ratsuchende kennt seine eigenen Lebensumstände, seine Ressourcen wie auch seine Schwierigkeiten und Bedürfnisse besser, schließlich lebt er sein Leben – und nicht der Berater. Der Ratsuchende lebt seine eigene Wirklichkeitskonstruktion, die nur er so erfassen kann, wie sie sich ihm darstellt. Er handelt und erschließt sich die Welt aufgrund seiner individuellen Sicht, aufgrund seiner subjektiv konstruierten Realität. „Menschen handeln also nicht aufgrund der Informationen, die ihnen die soziale und situative Umwelt gibt, sondern aufgrund der internen Bilder, die sie sich von der Welt und sich selbst machen“ (Mutzeck 2005, S. 57). An der jeweiligen Beraterin liegt es, zu entscheiden, ob sie dieses Lebenswelt-Wissen der Ratsuchenden nutzen und als Ressource in den Beratungsprozess einfließen lassen will. Die Frage dabei ist nur, ob der Berater bereit und fähig ist, das nötige empathische Verständnis aufzubringen, die Welt aus der Sicht der Klientin zu betrachten. Wenn er es nicht ist, dann entschließt er sich dazu, weiterhin die Expertenrolle zu übernehmen, um dem Klienten allein durch sein Fachwissen und seine Kompetenz zu helfen. Der Klient wird in diesem Fall dirigiert und ein Großteil seiner Autonomie wird ihm abgesprochen.

Das hat zur Folge, dass der Berater dem Klienten mitunter einen Lösungsvorschlag präsentiert, der zwar dem Berater aufgrund seiner subjektiven Realitätswahrnehmung als vernünftig und akzeptabel erscheint, der für den Klienten und dessen Realitätskonstruktion aber so schlicht nicht übertragbar ist. Daher gilt es, im Beratungsprozess eine aktive Einbindung des Klienten mit dessen Welt- und Problemsicht zu ermöglichen. Denn: „Professionelle Beratung hat geradezu die Pflicht Abhängigkeit zu vermeiden und sowohl Selbstständigkeit als auch Kooperation aufzubauen und zu fördern“ (Mutzeck 2005, S. 47). Eine Abhängigkeit des Ratsuchenden ist Mollenhauer (2001) zufolge auch deshalb zu vermeiden, weil der Ratsuchende ansonsten in diese Abhängigkeit im ungünstigsten Fall noch tiefer hineingerät. Die Abhängigkeit und Asymmetrie zwischen Beraterin und Ratsuchendem muss aufgehoben werden, wenn die Situation pädagogisch, d. h. im Hinblick auf eine Veränderung, fruchtbar werden soll. Der Rat hat Mollenhauer zufolge daher keine Verbindlichkeit.

Antworten und Vorschläge der Beraterin sind optionale Beispiele – und keine absolut gültigen Vorgaben, die zwingend befolgt werden müssen. Die ratsuchende Person muss immer die Möglichkeit haben, ohne Zwang einen Rat zu befolgen oder zu verwerfen. „Eine Beratung, die das Nein des Ratsuchenden nicht duldet oder ihm diese Möglichkeit nicht beständig ernsthaft zugesteht verfehlt damit ihren Bildungssinn“ (Mollenhauer 2001, S. 117). Die bisher angesprochenen Charakteristika einer Beratung finden sich ebenfalls in sehr umfassender Form bei Dietrich (1983, S. 2), der Beratung definiert als „Form einer interventiven und präventiven helfenden Beziehung, in der ein Berater mittels sprachlicher Kommunikation und auf der Grundlage anregender und stützender Methoden innerhalb eines vergleichsweise kurzen Zeitraums versucht, bei einem desorientierten, inadäquat belasteten oder entlasteten Klienten einen auf kognitiv-emotionale Einsicht fundierten aktiven Lernprozess in Gang zu bringen, in dessen Verlauf seine Selbsthilfebereitschaft, seine Selbststeuerungsfähigkeit und seine Handlungskompetenz verbessert werden können.“

Schwarzer & Posse (1986) verweisen in ihrer Beratungsdefinition insbesondere auf die Freiwilligkeit und auf das Partizipationsrecht der Klientin sowie auf die Tatsache, dass das zu behandelnde Problem und das angestrebte Ziel von der Klientin - und nicht vom Berater - vorzugeben ist. Sie definieren Beratung als „freiwillige, kurzfristige, oft nur situative, soziale Interaktion zwischen Ratsuchenden (Klienten) und Berater mit dem Ziel, im Beratungsprozess eine Entscheidungshilfe zur Bewältigung eines vom Klienten vorgegebenen aktuellen Problems durch Vermittlung von Informationen und/oder Einüben von Fertigkeiten gemeinsam zu erarbeiten“ (Schwarzer & Posse 1986 in Krause u. a. 2003, S. 22). Die Aufzählung diverser Definitionen von Beratung ließe sich noch fortsetzen, in Anbetracht der Schwerpunktlegung dieses Textes auf personenzentrierte Beratung sollen die genannten Definitionen aber genügen, anhand derer sich die wesentlichen Komponenten von Beratung bereits ausreichend erkennen lassen. Fasst man die Definitionen zusammen, so lassen sich folgende Faktoren nennen, die eine Beratung immer kennzeichnen:

- Das Vorhandensein eines Anliegens bzw. Problems
- Das Vorhandensein einer Ratgeberin
- Das Vorhandensein eines Ratsuchenden (Klienten)
- Die kognitive Einsichtsfähigkeit der Klientin, dass Beratungsbedarf besteht
- Die sprachliche oder schriftliche Interaktion zwischen Beraterin und Klientin
- Die Erarbeitung und Setzung eines Beratungsziels
- Das Vorhandensein eines Zeitrahmens, in welchem sich die Beratung vollzieht
- Die Anwendung methodischen Vorgehens
- Die Freiheit der Klientel, Anregungen des Beraters anzunehmen oder zu verwerfen



## Warum Beratung?

---

Woran liegt es eigentlich, dass heutzutage immer mehr Menschen mit unterschiedlichsten Problemen Beratung in Anspruch nehmen? Als Hauptgrund für den zunehmenden Beratungsbedarf und die Ausweitung beraterischer Tätigkeiten nennen Soziologen und Psychologen vor allem die rasch fortschreitende, alle Lebensbereiche umfassende, gesamtgesellschaftliche Veränderung, die in unserer globalisierten Welt heutzutage wesentlich schneller voranschreitet als noch vor wenigen Jahrzehnten. Während die Lebens- und Wertorientierung in der Vergangenheit noch durch traditionsgefestigte Institutionen wie Kirche, Religion, Familie und Staat gewährleistet, eingefordert und geprägt wurde, sehen sich die Menschen heute einem Mehr an Freiheit und Eigenverantwortung gegenüber. Es kommt zu einer Enttraditionalisierung, einer ökonomisch forcierten Individualisierung und daraus resultierend oft zu einer wachsenden Orientierungslosigkeit vieler Menschen, wie Krause u. a. (2003, S. 19) darlegen: „Die zunehmende Komplexität der Gesellschaft erzeugt einen ständigen Zuwachs an Informationen, an Wahlmöglichkeiten, an vielfältigen Angeboten zur Lebensgestaltung. In diesem Prozess sind aber auch die verlässlichen Stützsyste, Werte, Normen und identitätsbildende Entwicklungsaufgaben Veränderungen unterworfen.“ Unter diesen Bedingungen suchen Menschen Beratung auf, „weil sie mit schwierigen Lebenslagen und/oder mit ihrer eigenen schwierigen Persönlichkeit nicht mehr zurecht kommen. Sie erwarten von der Beratung eine Behebung oder Reduzierung ihrer Schwierigkeiten. [...]“ (Dietrich 1987 in Mutzeck 2005, S. 13).

Gründe für die Inanspruchnahme einer Beratung sind somit individuelle Probleme, die aber durchaus einen gesellschaftlichen Hintergrund haben können. „Für dieses neue Bedarfspotential an Orientierung, Wissen, Handlungs- und Entscheidungshilfe ist die Institution der Beratung zuständig. Beratung, die bislang in eng umgrenzten Feldern jenseits von Alltagssituationen angesiedelt war, ist heute zu einem „normalen“ Anliegen geworden, das für jeden Menschen im Laufe seines Lebens bedeutsam ist“ (Retter 2002, S. 351). Auch Belardi (1996) betont diese neue Normalität der Beratung. Sie erfahre heutzutage unter anderem auch deshalb eine so große Verbreitung und Akzeptanz, da sich mehr und mehr die Einsicht der Menschen durchsetze, nicht unbedingt perfekt und vollkommen sein zu müssen. Die Hilfeannahme durch Beratung und Therapie werde nicht mehr als Manko oder Schande angesehen. Des Weiteren verweist auch Belardi auf den gesteigerten Orientierungs- und Beratungsbedarf der Menschen in Folge einer enttraditionalisierten Gesellschaft. Gründe für die vermehrte Inanspruchnahme von Beratung seien die rasant fortschreitenden Modernisierungsprozesse, eine Veränderung der Lebensentwürfe durch ökonomisch bedingte Unplanbarkeit der Zukunft sowie migrationsbedingte „Kulturschocks“. Das durch die Globalisierung voranschreitende Aufeinandertreffen von Menschen aus unterschiedlichen Kulturkreisen mit teils entgegenstehenden Normen und Wertvorstellungen erzeuge Beratungsbedarf (vgl. Belardi 1996 in Sander 1999, S. 17-18).



## Beratung in Abgrenzung zu Therapie

---

Bevor ich auf die Unterschiede zwischen Beratung und Therapie eingehe, möchte ich anmerken, dass die Zuschreibungen, was Beratung und was Therapie sei, keinesfalls so strikt gezogen werden können, wie durch manche Auflistungen der Anschein erweckt wird. Vielmehr gilt es, von einem „mehr oder weniger“ zu sprechen, wenn die Charakteristika beider Tätigkeiten betrachtet werden, den beide haben tendenziell, aber mit unterschiedlicher Schwerpunktsetzung, die Entwicklung des Menschen, dessen Förderung sowie die Hilfe bei Problemen zum Ziel. Rogers (1972, S. 17) betont, er verwende beide Interaktionsformen, Beratung wie Therapie, weitgehend synonym, zumal beide sich auf die gleiche grundlegende Methode beziehen, nämlich „auf eine Reihe direkter Kontakte mit dem Individuum, die darauf abzielen, ihm bei der Änderung seiner Einstellungen und seines Verhaltens zu helfen.“ Demnach sei „intensive und erfolgreiche Beratung von intensiver und erfolgreicher Psychotherapie nicht zu unterscheiden“. Zahlreiche Autoren, wie natürlich auch die Krankenkassen, sehen allerdings durchaus klare Unterschiede zwischen Beratung und Therapie. Als gängigstes Unterscheidungskriterium wird genannt, dass Therapie eine Form der Hilfe *für psychisch kranke Menschen* sei. Demnach bedinge Therapie also, anders als Beratung, grundsätzlich das Vorhandensein einer psychischen Erkrankung: „Wir sprechen von Psychotherapie, wenn Änderungen im Handeln eines Menschen aufgrund psychischer Einflüsse erzielt werden.“ Die Frage nach dem Inhalt von Psychotherapie müsse Dörner u. a. (2002, S. 612) nach lauten: „Lassen sich Änderungen der (Seelen)-Erlebnisse, Denkinhalte, Einstellungen, Gefühle, Handlungen eines Menschen mit gestörten Handlungen, mit kranker Seele durch psychische Einflussgrößen fassen?“

Ein Unterscheidungskriterium wäre demnach, dass Therapie sich an psychisch kranke Menschen wendet, während Beratung sich an all jene richtet, die zwar Probleme und daraus resultierend Beratungsbedarf haben, aber eben unter keiner psychischen Störung mit Krankheitswert leiden. Auch im Psychotherapeutengesetz (PsychThG) vom 01.01.1999 heißt es unter § 1 Abs. 3: „Ausübung von Psychotherapie im Sinne dieses Gesetzes ist jede, mittels wissenschaftlich anerkannter psychotherapeutischer Verfahren vorgenommene Tätigkeit zur Feststellung, Heilung und Linderung von Störungen mit Krankheitswert, bei denen Psychotherapie indiziert ist. [...] Zur Ausübung von Psychotherapie gehören nicht psychologische Tätigkeiten, die die Aufarbeitung und Überwindung sozialer Konflikte oder sonstige Zwecke außerhalb der Heilkunde zum Gegenstand haben.“ Psychotherapie hat also - auch dieser rechtlichen Definition nach - die Heilung und Linderung von psychischen Störungen *mit Krankheitswert* zum Ziel. Cohen unterscheidet Beratung von Therapie unter anderem dadurch, dass Berater oft weniger qualifiziert seien und Beratung kürzer und mehr informativ sei als Therapie (vgl. Cohen 1990 in Krause u. a. 2003, S. 16). Biermann-Ratjen u. a. grenzen Therapie insofern von Beratung ab, als sie Beratung definieren als „nicht-psychotherapeutischen Maßnahmen berufsmäßig vollzogener Hilfe bei der Lösung menschlicher

Probleme. Zur so verstandenen Beratung gehören eine Vielzahl von Maßnahmen, zum Beispiel pädagogische, übende Verfahren ebenso wie Pflege, stützende oder tröstende Hilfe usw.“ Therapie dagegen habe zum Ziel, „den Umgang des Klienten mit dem Beziehungsangebot des Therapeuten (und damit die Beziehung des Klienten zu sich selbst) zu bearbeiten, mit dem Ziel einer Änderung dieser therapeutischen Beziehung und der Beziehung des Klienten zu sich selbst“ (Biermann-Ratjen u. a. 1979 in Sander 1999, S. 23). Möchte man auf Unterscheidungskriterien zwischen Beratung und Therapie partout nicht verzichten, lassen sich tendenziell folgende Unterschiede festhalten:

- Beratung erstreckt sich über einen kürzeren Zeitraum und findet nur sporadisch, bei Bedarf, statt, während Therapie sich meist über einen längeren Zeitraum erstreckt.
- Beratung vollzieht sich häufig in Institutionen. Sie ist partikular und hat oftmals einen eher lenkenden Charakter, zumal nie nur der Klient und seine Probleme im Mittelpunkt der Beratung stehen. Auch die institutionellen Vorgaben und Erwartungen beeinflussen das Handeln/Nichthandeln des Beraters. Die Beziehung zwischen Berater und Ratsuchendem ist daher in der Regel distanzierter.
- Beratung verzichtet auf die Einbeziehung und Thematisierung unbewusster Erlebnisinhalte, wohingegen diese in der Therapie oft zur Anwendung kommen.
- Beratung stellt in der Regel nicht den Wachstumsprozess des Klienten, sondern eine klar umschriebene Problemstellung, in den Mittelpunkt.
- Therapie hat die Heilung oder Linderung einer psychischen Störung mit Krankheitswert zum Ziel. Sie vollzieht sich in der Regel institutionsunabhängig in freier Übereinkunft und ist daher im Kern weniger lenkend als Beratung.
- Therapie ermöglicht durch den weitgehenden Verzicht auf Lenkung und durch die längere Dauer oft einen engeren Beziehungsaufbau von Therapeuten und Klienten.
- In einer Therapie stehen (je nach fachlicher Ausrichtung) in der Regel mehr und andere Kommunikations- und Interaktionsmethoden zur Verfügung als in einer Beratung, z. B. Übertragung und Gegenübertragung, Psychoanalyse etc. (vgl. Sander 1999, S. 23 und Mutzeck 2005, S. 15).

Die genannten Charakteristika sind nicht als absolut zu verstehen. Es ist in der Praxis nicht immer möglich, Therapie strikt von Beratung abzugrenzen, da die genannten Klassifikationen keinesfalls auf jede Beratungs- oder Therapiesituation zutreffen müssen. Bisher völlig unerwähnt sind das der Beratung/Therapie zugrunde liegende Menschenbild sowie das individuelle Engagement eines jeden Beraters/Therapeuten, das einen ebenso entscheidenden Einfluss auf die Situation hat. Es gibt zweifellos engagierte Berater, die trotz institutioneller

Vorgaben bemüht sind, die Mündigkeit des Klienten zu achten und nicht lenkend vorzugehen. Dass sich aus einer institutionsbedingt restriktiven Einengung von Beratungsmöglichkeiten, dem Paradoxon von Hilfe & Kontrolle bzw. Lenkung, gerade für Sozialarbeiter, die einen ganzheitlichen Ansatz verfolgen, Probleme ergeben können, ist offenkundig. Der Berater möchte Hilfe leisten, will dem Klienten bei seiner Selbstverwirklichung helfen, nur kann dies zu Problemen führen, wenn die Ziele des Klienten mit den Zielen der Institution konfliktieren. An diesem Punkt zeigt sich noch einmal die Notwendigkeit der Transparenz und Strukturiertheit im Beratungsprozess. Es wäre äußerst unprofessionell und würde auch von geringer Wertschätzung gegenüber dem Klienten zeugen, wenn dieser potenzielle Interessenkonflikt zwischen den Wünschen des Klienten einerseits und den institutionellen Vorgaben andererseits sich während der Beratung nebenbei und schleichend bemerkbar machen würde, oder schlimmer noch, falls er gar nicht erst angesprochen würde. Der Berater sollte gleich zu Beginn einer jeden Beratung im Zuge einer Einführung über die Vorgehensweise und die Möglichkeiten der Beratung einen eventuellen Interessenkonflikt in der Zielsetzung offen ansprechen. Das signalisiert dem Klienten, dass ihm Wertschätzung entgegengebracht und dass er ernst genommen wird, selbst wenn die von ihm gesteckten Beratungsziele nicht vollends vom Berater geteilt werden.

## **Die personzentrierte Beratung**

Nachfolgend wird dargelegt, was die Charakteristika personzentrierter Beratung sind, wodurch sie sich von anderen Beratungsformen unterscheidet, welche Techniken darin zur Anwendung kommen, welche Annahmen im Menschenbild eine Rolle spielen und inwieweit sich Implikationen für sozialarbeiterisches Handeln daraus ableiten lassen. Zunächst möchte ich aber auf den Begründer der personzentrierten Beratung, Carl Rogers, eingehen, um dessen Verdienste auf dem Feld einer humanistisch orientierten Beratung zu würdigen.

## **Zur Person Carl Rogers**

Der amerikanische Psychologe Carl Random Rogers (1902 bis 1987) entwickelte die personzentrierte Beratung und Psychotherapie in den 1940er Jahren in den USA und trieb dessen weltweite Verbreitung seitdem konstant voran. Rogers wurde am 08. Januar 1902 als viertes von sechs Kindern in Oak Park, Illinois (USA) geboren. Er wuchs in einer streng christlich geprägten Familie auf, seine Eltern waren Mitglieder der *Congregational Church*, einer protestantischen Gemeinde, deren Lehre im Calvinismus begründet liegt. „Sie glaubten und ich akzeptierte es, daß wir anders waren als andere Menschen - keine alkoholischen Getränke, kein Tanzen, keine Karten oder Theater, sehr wenig gesellschaftliches Leben und viel Arbeit“ (Rogers 1982, S. 21). Trotz ihres christlich-fundamentalistischen Glaubens waren Rogers Eltern dem technologischen Fortschritt gegenüber durchaus aufgeschlossen,

Mutter wie Vater besaßen eine höhere Schulbildung und hatten beide die Universität besucht. Als Rogers zwölf Jahre alt war, verließ seine Familie Oak Park und zog auf eine Farm in Wheaton, etwa 30 km von Chicago entfernt, da seine Eltern die Überzeugung vertraten, „dass eine Familie mit Jugendlichen sich von den Versuchungen des Kleinstadtlebens fernhalten sollte“ (Rogers 1982, S. 21). Das Leben auf der Farm prägte Rogers entscheidend in seinem Interesse an Naturwissenschaften. Er las viele Fachbücher und half seinem Vater, die Farm nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen zu bewirtschaften. „Ich wurde auf diese Weise ein Schüler der Agronomie und habe erst in späteren Jahren erkannt, welch tiefes Gefühl für die Naturwissenschaft ich dabei gewann“ (Rogers 1982, S. 22).

Mit 18 Jahren begann Rogers ein Studium im Fachbereich Agrarwissenschaft an der Universität von Wisconsin, zwei Jahre später jedoch ereignete sich ein entscheidender Wendepunkt in seinem Leben. Zusammen mit wenigen anderen Studenten reiste Rogers 1922 für sechs Monate nach China, um an der internationalen Konferenz der *World Student Christian Federation* teilzunehmen. Fasziniert von der fremden Kultur und bedingt durch Gespräche mit anderen Studenten aus aller Welt machte er in dieser Zeit die Erfahrung, „dass ehrliche und aufrichtige Menschen durchaus unterschiedliche religiöse Auffassungen und Überzeugungen haben konnten und dass man diese intellektuell und emotional wertschätzen und achten konnte, ohne dass die persönliche Beziehung darunter litt“ (Rogers in Groddeck 2002, S. 36). In Folge dieser Erfahrung emanzipierte sich Rogers von den religiösen Ansichten seiner Eltern. Nachdem er graduiert hatte, zog Rogers Anfang 1923 nach New York und studierte am *Union Theological Seminar*, dem in dieser Zeit liberalsten theologischen Seminar der USA. Zeitgleich besuchte er am *Teachers Training College* der Universität von Columbia Veranstaltungen in Psychologie, Psychiatrie und Pädagogik. „Zur Erziehungsberatung fühlte ich mich hingezogen und so kam es, daß ich, allmählich und ohne große, schmerzliche Anpassungsprozesse, in den Fachbereich der Erziehungsberatung überwechselte und begann, mich für einen klinischen Psychologen zu halten“ (Rogers 1982, S. 25). Nach Abschluss seines Studiums 1928 erhielt Rogers eine Anstellung in Rochester, New York, wo er in der psychologischen Abteilung der Gesellschaft zur Verhinderung von Grausamkeiten an Kindern bis 1940 arbeitete.

Während dieser Zeit bereits kamen Rogers Zweifel an dem zu jener Zeit vorherrschenden Verständnis der Psychotherapie sowie am pathologisierenden Umgang mit ratsuchenden und delinquenten Jugendlichen. In dieser Zeit entscheidend geprägt wurde Rogers durch die Schriften von Otto Rank und Jessica Taft, die den Fokus in Hilfesprächen auf persönliches Wachstum und auf die Entwicklung der Selbstständigkeit der Klienten legten. Rogers schrieb über Jessica Taft, er stehe in ihrer Schuld, denn sie habe ihn in seinen Überlegungen dahingehend beeinflusst, „zu realisieren, dass das Individuum möglicherweise selbstdirektiv sein kann“ (Rogers in Groddeck 2002, S. 67). Bedingt durch die sehr praxisnahe Tätigkeit mit Jugendlichen formulierte Rogers seine Ansichten und Überlegungen außerdem

„immer mehr aus der tagtäglichen Arbeitserfahrung heraus.“ Durch seine Praxistätigkeit stieg in ihm die Überzeugung, „daß es in den anerkannten Lehrgebäuden Mängel und dass es noch neues Wissen zu entdecken gab“ (Rogers 1982, S. 26). Mehrere Aufsätze, die Rogers während der Zeit in Rochester schrieb, zeugen von seinem Interesse an der Sozialen Arbeit und deren Relevanz in der Fürsorge und Resozialisierung. Unter anderem erschien von ihm 1935 *„Unsere wachsende Aufgabe, den Kindern unserer Gemeinde bei ihren Problemen zu helfen“*, 1936 *„Sozialarbeiter und Rechtsprechung“*, 1939 *„Autorität und Casework – passt das zusammen?“* sowie 1940 *„Die veränderte Beziehung zwischen Gruppenpädagogik und Casework“*. Einen Fall Anfang der vierziger Jahre schildert Rogers als richtungsweisend bei der Entwicklung seines personenzentrierten Ansatzes: Eine hochintelligente Mutter kam aufgrund von Problemen mit ihrem Sohn, der ein richtiger kleiner Teufel sei, zu ihm, um sich beraten zu lassen. „Ich half ihr, aus sich herauszugehen, fasste die von ihr gegebenen Hinweise vorsichtig zusammen, versuchte, ihr zu helfen, die Struktur zu erkennen. Aber wir kamen nicht voran, schließlich gab ich auf“ (Rogers 1982, S. 27).

Es gelang Rogers nicht, die Frau dahin zu bringen, seine Interpretationen des ihm Geschilderten zu akzeptieren. Schließlich beendete er das Gespräch mit der Offenbarung, nicht imstande zu sein, ihr zu helfen. Beim Hinausgehen jedoch drehte sich die Frau um und fragte Rogers, ob er auch Erwachsene therapieren würde. Nachdem er bejahte, setzte sich die Frau wieder und berichtete ihm ungefragt über ihre Eheprobleme, ihre Versagensängste und allgemeine Probleme, die nicht unmittelbar mit ihrem Sohn zusammenhingen. „Die wirkliche Therapie setzte in diesem Moment ein und führte schließlich zum Erfolg“ (Rogers 1982, S. 27). Dieser Vorfall führte Rogers zur Überzeugung, dass es nicht Aufgabe des Therapeuten war, den Weg zu weisen oder die Richtung vorzugeben, sondern „dass der Klient derjenige ist, der weiß, wo der Schuh drückt, welche Richtungen einzuschlagen, welche Probleme entscheidend, welche Erfahrungen tief begraben gewesen sind. Langsam merkte ich, dass, wenn ich es nicht nötig hätte, meine Cleverness und Gelehrsamkeit zu demonstrieren, ich besser daran täte, mich auf den Klienten zu verlassen, was die Richtung des Prozessablaufs anging“ (Rogers 1982, S. 27-28). 1940 wurde Rogers Professor an der Universität von Ohio und lehrte dort psychotherapeutische Behandlungs- und Beratungsmethoden. 1942 schrieb er das Buch *„Die nicht-direktive Beratung“*, in welchem er erstmals umfassend sein Verständnis von Beratung und Therapie darlegte. Dieses Buch kam in jener Zeit einer kleinen Revolution gleich, da Rogers bereits in der Einführung die Meinung vertrat, Beratung und Therapie seien im Wesentlichen nicht voneinander zu unterscheiden.

Unter den praktizierenden helfenden Berufen wurde das Buch zum Bestseller, in großen Fachzeitschriften und akademisch-psychologischen Fachkreisen dagegen fand es keinen Anklang. Das überraschte Rogers jedoch nicht, da er glaubte, sein nicht-direktives Konzept stelle „eine besondere Bedrohung für diejenigen Psychologen dar, die ihre Expertenschaft über das Innenleben ihrer Klienten nicht aus der Hand geben wollten“ (Rogers zitiert nach



Groddeck 2002, S. 83). 1945 wechselte Rogers an die Universität von Chicago, wo er bis 1957 als Professor für Psychologie lehrte. Seine Lehre und seine in dieser Zeit veröffentlichten Bücher zeugen von einer optimistischen, humanistischen Grundhaltung, die betont, dass Klienten im Grunde selbst wüssten, was gut für sie sei, dass sie entwicklungsfähig seien und selbst zu Einsicht, Einstellungs- und Verhaltensänderung kommen könnten. Nach Rogers existierten in jedem Menschen konstruktive Kräfte, deren Stärke und Richtung bisher nicht richtig erkannt oder aber gewaltig unterschätzt worden seien. Mit dieser Auffassung stand Rogers dem zu jener Zeit verbreiteten medizinischen Verständnis von Psychotherapie entgegen, welches den Patienten als unmündig und krank klassifizierte (vgl. Groddeck 2002, S. 94).

1957 wechselte Carl Rogers an die Universität von Wisconsin, wo er bis 1961 lehrte. Während dieser Zeit schrieb er sein erfolgreichstes Buch „*Entwicklung der Persönlichkeit*“, in welchem er neben einem biographischen Einblick seine Überlegungen und Forschungsergebnisse bezüglich der menschlichen Kommunikation und das menschliche Wesen betreffend preisgab. 1961 wurde Rogers Präsident der amerikanischen Gesellschaft für humanistische Psychologie, 1963 schloss er sich dem *Center for Studies of the Person* an, dem er bis zu seinem Tod im Jahr 1987 verbunden blieb. Während der Zeit am *Center for Studies of the Person* begann Rogers verstärkt, seinen bisher in Einzeltherapie und Beratung vollzogenen nicht-direktiven Ansatz auf die Arbeit mit Gruppen zu übertragen. Er arbeitete fortan verstärkt mit Menschen mit den verschiedensten Problemen außerhalb des klinisch-psychologischen Feldes. „Die personenzentrierten Gruppen, die er nach diesem Konzept durchführte, brachten eindrucksvolle Erfahrungen für die Teilnehmer aber auch für ihn selbst. [...] Die Encounter Gruppe war für Rogers das Medium für Empowerment: Ein Feld, eine Zeit, ein Ort, wo Menschen freiwillig zusammenkamen, um sich selbst, die Situation in der Gruppe und auch die Begegnung mit anderen Menschen zu verstehen und zu erforschen und eine Stärkung ihres Selbstwertgefühls, ihrer Individualität und ihrer Lebensperspektive zu erfahren [...]“ (Groddeck 2002, S. 146-147).

In den 1970er Jahren trat Rogers für eine personenzentrierte Pädagogik und für die Verbreitung von schülerzentriertem Unterricht ein, um „innerhalb des gesamten Bildungssystems und seiner einzelnen Bereiche ein Klima zu entwickeln, das Persönlichkeitsentfaltung fördert, in dem Innovationen keine Angst auslösen, in dem die kreativen Kräfte von Administratoren, Lehrenden und Lernenden eher unterstützt und freigesetzt als unterdrückt werden“ (Rogers 1974, S. 291). Die letzten Jahre seines Lebens widmete Rogers seinem Engagement für die weltweite Friedensarbeit. Mit dem Medium der Encounter-Gruppen wollte Rogers den Menschen in Krisengebieten helfen, „durch die Freisetzung der Gefühle, die hinter den Feindseligkeiten liegen und durch die Bewusstmachung und Akzeptanz der dahinter unklar gebliebenen persönlichen Bedürfnisse [...] zu einer verständnisvolleren und friedlicheren personenzentrierten Form des Zusammenlebens zu kommen“ (Groddeck 2002, S.

183). Carl Rogers starb am 04.02.1987 in La Jolla in Kalifornien, nachdem er nach einem Herzanfall ins Koma gefallen war. Vier Tage vor seinem Tod wurde er für den Friedensnobelpreis nominiert, den er jedoch nicht erhielt. Das von ihm begründete nicht-direktive, personenzentrierte Vorgehen hat auch außerhalb der Gesprächspsychotherapie noch heute großen Einfluss in Beratungs- und anderen Hilfesituationen, in denen der Mensch im Mittelpunkt der Betrachtung steht.

## **Das Menschenbild in der personenzentrierten Beratung**

Die Art und Weise des Handelns, die Vorstellungen und die Ziele eines Beraters werden beeinflusst von dessen Menschenbild. „Ob wir über Menschen forschen, ob wir sie diagnostizieren, unterrichten, erziehen, therapieren oder beraten, bei keiner dieser Tätigkeiten arbeiten wir ohne grundsätzliche Vorstellungen vom Menschen“ (Mutzeck 2005, S. 49). Es ist daher wichtig, zu verstehen, wie und warum in einer personenzentrierten Beratung gehandelt, oder besser, wie nicht gehandelt wird. Denn das Menschenbild des Beraters entscheidet mit darüber, wie er mit der ratsuchenden Person umgeht. Es entscheidet mit darüber, welche Fähigkeiten und Kompetenzen er ihr zuspricht und inwieweit der Berater bereit ist, einen Teil seiner Macht abzugeben zum Zweck eines gleichwertigen, die ratsuchende Person nicht bevormundenden Informationsaustausches. Daher gilt es nun, das dem personenzentrierten Ansatz zugrunde liegende Menschenbild näher zu betrachten und dessen Charakteristika aufzuzeigen. Der personenzentrierte Ansatz gründet sich auf ein von der humanistischen Theorie geprägtes Menschenbild. Diese geht im Wesentlichen davon aus, dass die Motivation des Menschen, sich in einer bestimmten Form zu verhalten, die Selbstverwirklichung zum Ziel hat. Das angeborene Streben nach Selbstverwirklichung leitet ein jedes Individuum und bedingt Weiterentwicklung und Verhalten. Diesem Verständnis nach ist der Mensch von Natur aus gut und sozial sowie beständig bestrebt, sich selbst zu verwirklichen und das eigene Potenzial zu realisieren.

Rogers (1982, S. 99) schreibt diesbezüglich, „der innerste Kern der menschlichen Natur, die am tiefsten liegenden Schichten seiner Persönlichkeit, die Grundlage seiner tierischen Natur ist von Natur aus positiv – von Grund auf sozial, vorwärtsgerichtet, rational und realistisch.“ Humanistische Beratungsansätze betrachten jeden Menschen als individuelles, einmaliges Wesen, als eine Einheit von Körper, Seele und Geist, eingebunden in ein größeres Ganzes. Der Mensch ist mehr als die Summe seiner Einzelteile. Er handelt nicht allein bedingt durch ein Prinzip von Ursache und Wirkung. Sein Verhalten ist komplex und lässt sich auch nur durch das Verständnis seiner eigenen Sinn- und Wirklichkeitszusammenhänge erklären. Jeder Mensch konstruiert seine eigene Wirklichkeit und handelt dieser Wirklichkeitsauffassung nach rational. Zusammenhänge im Handeln und Verhalten eines Menschen sind nicht partikular erklärbar. „Humanistische Ansätze zum Verständnis der Persönlichkeit sind gekennzeichnet durch das besondere Interesse an der Integrität der



individuellen Persönlichkeit, an bewusster Erfahrung und am Entwicklungspotenzial. Persönlichkeitstheoretiker wie Carl Rogers und Abraham Maslow betonen das angeborene Streben nach Selbstverwirklichung als Organisator all der unterschiedlichen Kräfte, deren Zusammenspiel ununterbrochen das erschafft, was eine Person ausmacht.“ (Zimbardo 1995, S. 492) Rogers Überzeugung nach sind in jedem Individuum angeborene, immer vorhandene aber oft unterdrückte, verborgene und nicht geförderte Kräfte wirksam, die den Menschen zur konstruktiven Erfüllung seiner Möglichkeiten befähigen. „Der Mensch hat eine angeborene Tendenz zur vollständigen Selbstentfaltung. Der Terminus, der am häufigsten dafür gebraucht wurde, heißt Aktualisierungstendenz [...] Sie ist das Fundament, auf dem der personenbezogene Ansatz entwickelt wurde“ (Rogers 1985, S. 18).

## **Die Aktualisierungstendenz und das Selbstkonzept**

Da Rogers selbst von der Aktualisierungstendenz als Fundament des ganzen personenzentrierten Ansatzes spricht, scheint es zweckmäßig, dies genauer zu betrachten. Was meint Rogers mit Aktualisierungstendenz? Was heißt das konkret? Die Aktualisierungstendenz ist Rogers zufolge eine in allen lebenden Organismen innewohnende Tendenz, alle grundsätzlichen Fähigkeit des Organismus zu erhalten, weiterzuentwickeln und zu steigern. Wenn diese Tendenz frei wirken kann, dann befähigt sie eine Person zu Wachstum und Reife. Rogers beschreibt diese Tendenz als eine „Gerichtetheit, die sich in allem organischen und menschlichen Leben zeigt: der Drang nach Expansion, Ausdehnung, Entwicklung und Reife; die Tendenz, alle Kapazitäten des Organismus oder des Selbst zum Ausdruck zu bringen und zu aktivieren“ (Rogers 1982, S. 340). Die Aktualisierungstendenz ist, da sie immer im Hinblick auf den gesamten Organismus vollzogen wird, ein organismischer Bewertungsprozess. „Die Aktualisierungstendenz bewertet Erfahrungen danach, ob sie für den Organismus als Ganzes erhaltend oder fördernd sind oder ob sie die Erhaltung oder Förderung hemmen“ (Weinberger 2006, S. 24). Ein Beispiel für diese organismische Bewertung ist ein Kleinkind, das zu laufen lernt. „Schrittweise lernt es zu gehen. Beulen, Misserfolge und Frustrationen zum Trotz bewegt es sich hin zu gesteigerten und bereichernden Mitteln der Fortbewegung. [...] Wenn ein angemessenes Wachstumsklima gegeben ist, kann man auf die Tendenz, daß der Organismus weiter organisiert wird, vertrauen, sogar wenn dabei Widerstände und Schmerz zu überwinden sind“ (Rogers/Schmid 1991, S. 211).

Nun bewerten Menschen Situationen und Erfahrungen aber nicht nur im Hinblick darauf, ob diese der Entwicklung des gesamten Organismus förderlich sind. Vielmehr setzt sich der Organismus mit der Umwelt auseinander. Der Mensch ist kein isolierter Organismus, der sein Handeln und Verhalten nur danach ausrichten, ob dieses der Erhaltung und Steigerung des Organismus dient. Menschen sind soziale Wesen. Sie streben neben Selbstverwirklichung auch nach Anerkennung sowie nach positiver Wertschätzung durch andere Menschen. Diese Bewertung, die nicht nur den Menschen als isolierten Organismus, sondern als

soziales Wesen im Austausch mit seiner Umwelt sieht, nennt Rogers *Selbstkonzept*. „Man kann es sich als eine organisierte, konsistente begriffliche Gestalt denken, zusammengesetzt aus den Wahrnehmungen des *Ich* und den Wahrnehmungen der Beziehung dieses *Ich* zur Außenwelt und zu anderen. Es schließt die Werte ein, die mit diesen Wahrnehmungen verbunden sind“ (Rogers/Schmid 1991, S. 212). Das Selbstkonzept ist eine Wahrnehmungs- und Bewertungsinstanz. Die Bewertung ergibt sich aus den Fähigkeiten einer Person, die eigenen Selbstwahrnehmungen und Vorstellungen in Bezug zu anderen und zur Umgebung zu setzen. Galuske (1998, S. 180) spricht vom Selbstkonzept als einem wertenden Bild des Individuums von sich selbst, das sich bedingt durch die Auseinandersetzung von Organismus und Umwelt bildet. Es ist im Idealfall organisiert, beweglich sowie konsistent – und vermag somit flexibel auf Umweltreize zu reagieren.

Sander (1975 in Galuske 1998, S. 180) beschreibt das Selbstkonzept als Selektionsapparat, der die Wertung von Außenobjekten in Bezug setzt zur eigenen Erfahrung und zum organismischen Empfinden. Das Selbstkonzept umfasst ihm zufolge „verdichtete vergangene Erfahrungen des Individuums über sich selbst, seine Eigenarten, seine Beziehungen zu anderen [...]“. Erfahrungen werden als positiv gewertet, wenn das Individuum von ihnen annimmt, dass sie das Selbst stützen oder fördern. Negative, dem persönlichen Wachstum entgegenstehende Erfahrungen werden gemieden. Ein Konflikt, und daraus resultierend Beratungsbedarf, kann entstehen, wenn organismisches Empfinden und Selbstkonzept nicht übereinstimmen, wenn sie inkongruent zueinander sind. Ein Beispiel zur Verdeutlichung: Ein kleiner Junge hat sich wehgetan und ist kurz davor zu weinen. Die organismische Empfindung, also das, was das Kind in dieser Situation empfindet, wären z. B. „*Ich habe Schmerzen*“ oder „*Ich will weinen*“. Gleichzeitig aber spürt das Kind, dass der daneben stehende Vater das Weinen missbilligen würde. Also schluckt es die Tränen herunter und macht ein fröhliches Gesicht, um dem Vater gegenüber auszudrücken, dass die Schmerzen ihm nichts ausmachen. Aufgrund vorheriger Erfahrungen im Sozialisationsprozess hat das Kind gelernt, dass die Umwelt (hier der Vater) es für unangebracht hält, zu weinen. Beim Kind entwickelt sich ein Selbstbild, das ausdrückt: „*mir machen Schmerzen nichts aus*“.

Dieses Selbstbild steht aber dem organismischen Empfinden entgegen, denn die Schmerzen sind dem Kind nicht egal, es will ja weinen, hat aber gelernt, dass es, um von der Umwelt wertgeschätzt zu werden, nicht weinen darf (vgl. Weinberger 2006, S. 25). Das Kind räumt also der Erhaltung des Selbstkonzepts Vorrang ein vor der Entfaltung des Organismus. Es entwickelt Verhaltens- und Denkweisen, die dem Streben nach Selbstverwirklichung entgegenstehen, um dem Vater zu gefallen. Der Schmerz wird verleugnet und es entsteht eine Inkongruenz zwischen organismischer Empfindung und Selbstbild. Treten solche Situationen gehäuft auf, in denen die eigenen Bedürfnisse verleugnet werden, um den Wünschen und Bedürfnissen der Umwelt gerecht zu werden, können Probleme entstehen. Die Inkongruenz zwischen Selbst und Erfahrung kann zu Ängsten und psychischer Spannung führen.

„Ist das Selbstbild zu rigide, zu wenig flexibel, um sich ggf. wandelnden Erfahrungen anzupassen, werden nicht integrierbare Erfahrungen als Bedrohung empfunden und dem Subjekt zum Problem“ (Galuske 1998, S. 181). Rogers spricht diese Inkongruenz betreffend von der »Entfremdung im Menschen«. Diese beschreibt er mit den folgenden Worten:

„Er ist nicht er selbst; er ist seinen natürlichen organismischen Bewertungen der Erfahrungen untreu. Nur um sich die positive Beachtung der anderen zu erhalten, verfälscht er einige wertvolle Erfahrungen und nimmt sie lediglich auf der Ebene der Bewertungen anderer wahr. [...] Der Weg der Entwicklung Richtung psychischer Reife, der Weg der Therapie, besteht in der Aufhebung dieser Entfremdung des menschlichen Handelns, der Auflösung der Bewertungsbedingungen, der Erreichung eines Selbst, welches in Übereinstimmung mit der Erfahrung ist, die Wiederherstellung eines einheitlichen organismischen Bewertungsprozesses als dem Regulator des Verhaltens“ (Rogers 1991 in Weinberger 2006, S. 26). Personzentrierte Beratung ist daher darauf ausgerichtet, den Ratsuchenden dahingehend zu unterstützen, dass dieser selbst die eigenen Potenziale und Entwicklungsmöglichkeiten erkennt, denn die „extrem häufige Entfremdung des Menschen von seinen richtungsweisen organismischen Prozessen ist kein unvermeidlicher Teil unserer menschlichen Natur. Vielmehr ist es etwas Erlerntes [...]“ (Rogers 1985, S. 277). Der ratsuchende Mensch soll befähigt werden, gegebenenfalls vorhandene Inkongruenz zu erkennen und zu beseitigen. Das Potential dazu hat ein jeder Mensch in sich, denn eine konstruktive, vorwärts gerichtete Aktualisierungstendenz ist in jedem Individuum innewohnend. Menschen benötigen Rogers zufolge aber deshalb Hilfe und Beratung, weil die Aktualisierungstendenz oft unter Fassaden und psychischen Abwehrhaltungen versteckt liege und tief begraben sei. Dennoch existiere sie in jedem Individuum und warte nur auf die richtigen Bedingungen, freigesetzt und ausgedrückt zu werden. Dabei kann der Berater einem Menschen behilflich sein.

## **Die Nicht-Direktivität in der personzentrierten Beratung**

Nachdem oben bereits eine allgemeine Definition von Beratung erfolgte, soll an dieser Stelle nun konkret darauf eingegangen werden, was im Spezifischen die personzentrierte Beratung kennzeichnet. Ein zentrales Charakteristikum ist dabei die Nicht-Direktivität. Damit gemeint ist folgendes: Beratungssituationen implizieren immer ein Abhängigkeitsverhältnis. Der Berater verfügt meist über eine Mehr an Fachwissen, ist kommunikationstechnisch besser ausgebildet und kann auf ein größeres Repertoire an Gesprächstechniken zurückgreifen als der Ratsuchende. Er ist dem Ratsuchenden in dieser Hinsicht also „überlegen“. Nun kann ein Berater, der sich dieser Tatsache bewusst ist, auf unterschiedliche Weise damit umgehen: Er kann beispielsweise, da er ja der Experte ist, den Inhalt der Beratung bestimmen und lenken, indem er den Schwerpunkt auf die Themen und Sachinhalte verlagert, die ihm wichtig erscheinen. Die Kommunikationsbeziehung ist in diesem Fall asymmetrisch. Der Berater als Experte steht „oben“, sein Wissen und seine Kompetenz werden

gegenüber dem Wissen des Ratsuchenden als höherwertig betrachtet. Die ratsuchende Person hingegen steht „unter“ der Beraterin, ihr Wissen und ihre Kompetenz werden als minderwertig eingestuft, denn würde sie über die gleichen Kompetenzen verfügen wie die Beraterin, dann müsste sie deren Hilfe ja kaum in Anspruch nehmen. Dieses Verständnis von Beratungstätigkeit wird als *direktive Beratung* bezeichnet. Etwas polemisch formuliert handelt ein Berater, der sich direktiv verhält, nach der Prämisse: „Ich kenne Ihr Problem und weiß, wie Sie es lösen können“ (vgl. Mutzeck 2005, S. 32).

Eine personenzentrierte Beratung hingegen zeichnet sich dadurch aus, dass zumindest auf der Ebene des Gesprächsinhaltes *nicht-direktiv* vorgegangen wird. Der Berater versteht sich nicht als Experte für den Gesprächsinhalt, sondern vielmehr nur als Experte für den Gesprächsprozess, für die Art und Weise, wie Beratung vollzogen werden kann, damit der Klient zur Erkenntnis kommt, wie er seine Probleme und Anliegen lösen oder lindern kann - mithilfe des Beraters zwar, aber eben aus eigenem, inneren Antrieb heraus. Dieses Verständnis von Beratung zeichnet sich durch ein kooperatives und symmetrisches Verhältnis zwischen Berater und ratsuchendem Menschen aus. Eine nicht-direktiv beratende Person spricht sich dagegen aus, Klienten Ratschläge, Ermahnungen oder Interpretationen zu geben. Im Mittelpunkt der Beratung steht „nicht das Problem und wie es zu lösen ist“, sondern vielmehr „die Klientin als einmaliges Individuum, das prinzipiell die Fähigkeit in sich hat, im Rahmen eines speziellen Beziehungsangebotes zu einem besseren Verständnis ihrer selbst zu kommen und daraus folgende Einstellungs- und Verhaltensänderungen vorzunehmen“ (Weinberger 2006, S. 22). Die ratsuchende Person empfängt und befolgt also nicht einfach Ratschläge des Beraters, sondern sie ist als aktive, kompetente und handlungsfähige Person in den Beratungsprozess eingebunden. Berater und Ratsuchender beraten gemeinsam, wie zu einer Klärung und Lösung des Problems gelangt werden könnte. Der Berater wirkt dabei methodisch, nicht jedoch inhaltlich, auf den Beratungsprozess ein.

Von fundamentaler Bedeutung ist diesem Verständnis von Beratung nach, dass die ratsuchende Person als prinzipiell selbstständig, aktiv, kompetent und autonom betrachtet wird, denn nur wenn der Klient als fähig und nicht als unmündig angesehen wird, kann überhaupt ein Klima geschaffen werden, in dem der Klient die Möglichkeit hat, seine Probleme konstruktiv anzugehen. Mutzeck (2005, S. 55) schreibt dazu: „Der Mensch [...] ist potenziell autonom. Er kann von seinen prinzipiellen Möglichkeiten her seine Entscheidungen selbstständig, ohne andere Personen, aus eigener Vernunft und Kraft treffen. Bevormundungen und die Einschränkung seiner Entscheidungsfreiheit stellen eine Leugnung bzw. Reduzierung seiner möglichen Fähigkeiten dar und rufen Misstrauen und Täuschung auf Seiten der Betroffenen hervor.“ In seinem Buch „*Die Kraft des Guten*“ (1985) beschreibt Rogers ausführlich sein Verständnis vom sozialen, lernwilligen und fähigen Menschen, dem auch in Beratungssituationen diese Fähigkeiten nicht abgesprochen werden dürfen, um dessen prinzipielle Selbstständigkeit, Autonomie und Freiheit nicht zu unterminieren. Rogers (1985,

S. 16) erklärt dazu: „Dieser neuere Ansatz unterscheidet sich von dem älteren dadurch, daß er ein grundlegend anderes Ziel hat. Er zielt direkt auf die größere Unabhängigkeit ab, statt zu hoffen, daß sich diese Resultate ergeben, wenn der Berater bei der Lösung des Problems hilft. Das Individuum steht im Mittelpunkt der Betrachtung, und nicht das Problem. Das Ziel ist es nicht, ein bestimmtes Problem zu lösen, sondern dem Individuum zu helfen, sich zu entwickeln, so dass es mit dem gegenwärtigen Problem und mit späteren Problemen auf besser integrierte Weise fertig wird. Wenn es genügend Integration gewinnt, um ein Problem unabhängiger, verantwortlicher, weniger gestört und besser organisiert zu bewältigen, dann wird es auch neue Probleme auf diese Weise bewältigen.“ Rogers legt sehr großen Wert auf die Entwicklungsfähigkeit eines jeden Individuums, was auch folgendes Zitat verdeutlicht: „Das Individuum verfügt potenziell über unerhörte Möglichkeiten, um sich selbst zu begreifen und seine Selbstkonzepte, seine Grundeinstellungen und sein selbstgesteuertes Verhalten zu verändern; dieses Potenzial kann erschlossen werden, wenn es gelingt, ein klar definierbares Klima förderlicher psychologischer Einstellungen herzustellen“ (Rogers 1983, S. 66). Genau dieses Klima soll personzentrierte Beratung schaffen, was am ehesten über eine offene, wertschätzende und nicht urteilende Beziehung zwischen Berater und Ratsuchendem zu erreichen ist.

## **Die personzentrierte Beziehung**

---

Über welche Fähigkeiten und Einstellungen muss ein Berater nun konkret verfügen, um das von Rogers genannte „klar definierbare Klima förderlicher psychologischer Einstellungen“ herzustellen? Wodurch zeichnet sich eine personzentrierte Beziehung zwischen Berater und Klient aus? Um ein förderliches Beratungsklima entstehen zu erzeugen, bedarf es Rogers zufolge im Wesentlichen drei grundsätzlicher Faktoren: Der Kongruenz des Beraters, dessen bedingungsloser positiver Zuwendung zum Klienten sowie das einfühlsame Verstehen. Diese drei Faktoren sollen nachfolgend näher betrachtet werden.

**Kongruenz:** Unter Kongruenz oder Unverfälschtheit versteht Rogers, dass der Berater in seinem Verhalten und Denken *echt* und *transparent* sein muss. Es soll kein Widerspruch bestehen zwischen Erleben und Verhalten gegenüber dem Ratsuchenden. Organismisches Empfinden und Selbstbild des Beraters müssen so weit wie möglich übereinstimmen. Ferner sollte der Berater/Therapeut kein professionelles Gehabe und keine persönliche Fassade zur Schau tragen. „Der Therapeut macht sich gegenüber dem Klienten transparent; der Klient kann ohne weiteres sehen, was der Therapeut in der Beziehung ist; der Klient erlebt keine Zurückhaltung seitens des Therapeuten. Was den Therapeuten betrifft, so ist das, was er oder sie erlebt, dem Bewusstsein zugänglich, kann in der Beziehung gelebt und, falls angebracht, kommuniziert werden“ (Rogers 1983, S. 67). Der Berater/Therapeut soll „er selbst“ sein. Er soll dem Klienten in Übereinstimmung mit sich selbst gegenüberreten und keine Rolle spielen. Mit Rogers Worten: „In meinen Beziehungen zu Menschen habe ich



herausgefunden, dass es auf lange Sicht nicht hilft, so zu tun, als wäre ich jemand, der ich nicht bin. Es hilft nicht, ruhig und freundlich zu tun, wenn ich eigentlich ärgerlich bin und Bedenken habe. Es ist nicht hilfreich, so zu tun, als wüsste ich die Antworten, wenn ich sie nicht weiß. Es hilft nicht, den liebevollen Menschen zu spielen, wenn ich im Augenblick eigentlich feindlich gestimmt bin“ (Rogers 1982, S. 32). Dieses Streben nach Echtheit ist allerdings immer als Entwicklungsprozess hin zu einem Idealziel zu verstehen. Rogers selbst räumt ein, dass es auch ihm nicht immer gelungen ist, wirklich in absoluter Übereinstimmung mit seinen Gefühlen zu beraten: „Niemand erreicht diesen Zustand ganz und gar, aber je mehr der Therapeut imstande ist, akzeptierend auf das zu achten, was in ihm selbst vor sich geht, und je besser es ihm gelingt, ohne Furcht das zu sein, was die Vielschichtigkeit seiner Gefühle ausmacht, umso größer ist die Übereinstimmung mit sich selbst“ (Rogers 1997 in Weinberger 2006, S. 62). Die Grundannahme hinter dieser Authentizität und Offenheit ist folgende: Wenn es dem Berater gelingt, dem Klienten gegenüber offen und echt zu agieren, dann ist es auch dem Klienten möglich, Vertrauen zu fassen und ehrlich über seine Probleme zu sprechen. Der Berater vermittelt Vertrauenswürdigkeit, sodass auch der Klient angeregt wird, in seinem Verhalten offener und echter zu sein. Wenn der Klient merkt, dass er mit einer wirklich echten, sich nicht verstellenden und Anteil nehmenden Person kommuniziert, wird auch er wahrscheinlich ehrlicher über sich, seine Erfahrungen und Probleme berichten und diese reflektieren.

**Bedingungslose positive Wertschätzung:** Unter bedingungsloser positiver Wertschätzung versteht Rogers das Erfüllen eines menschlichen Grundbedürfnisses. Jeder Mensch möchte anerkannt, akzeptiert und geschätzt werden. Bedingungslose positive Wertschätzung meint das Akzeptieren und Wertschätzen des Klienten als prinzipiell autonome und selbstständige Person. Diese Wertschätzung ist nicht an Bedingungen geknüpft, sie ist unabhängig davon, ob die Gefühle, Erfahrungen und Äußerungen des Klienten mit den Moral- und Wertvorstellungen des Beraters übereinstimmen. Die Gefühle, Äußerungen und Erfahrungen des Ratsuchenden sind Ausdruck seiner Persönlichkeit, es sind seine Erfahrungen und Gefühle. Der Klient darf diese Gefühle haben und ausleben, der Berater hat diese zu akzeptieren. Rogers schreibt diesbezüglich: „Wenn der Therapeut eine positive, akzeptierende Einstellung gegenüber dem erlebt, was der Klient in diesem Augenblick ist, dann wird es mit größerer Wahrscheinlichkeit zu therapeutischer Bewegung oder Veränderung kommen. Der Therapeut ist gewillt, den Patienten sein jeweiliges momentanes Gefühl ausleben zu lassen – Verwirrung, Groll, Furcht, Zorn, Mut, Liebe oder Stolz. Eine solche Zuwendung seitens des Therapeuten ist nicht besitzergreifend. Der Therapeut bringt dem Klienten eine totale, keine an Bedingungen geknüpfte Wertschätzung entgegen“ (Rogers 1983, S. 67). Gerade in der Arbeit mit Menschen, die in ihrem Leben vermehrt Ablehnung erfahren haben und nur gering oder gar nicht wertgeschätzt wurden, ist diese unbedingte Wertschätzung von entscheidender Wichtigkeit. Durch sie wird es der Klientin im günstigsten Fall ermöglicht, sich mit all ihren Gefühlen, Gedanken und Bewertungen besser kennenzulernen. Die

Ratsuchende wird befähigt, schrittweise immer mehr Erfahrungen in ihr Selbstbild zu integrieren und mehr und mehr eine Übereinstimmung zwischen den organismischen Bewertungen und den Bewertungen durch das Selbstkonzept herzustellen, was zu einer größeren Selbstachtung und Akzeptanz der eigenen Person führt (vgl. Weinberger 2006, S. 58). Rogers beschreibt diesen angestrebten Entwicklungsprozess folgendermaßen: „Wenn Menschen akzeptiert und geschätzt werden, tendieren sie dazu, eine fürsorglichere Einstellung zu sich selbst zu entwickeln. Wenn Menschen einfühlsam gehört werden, wird es ihnen möglich, ihren inneren Erlebnisstrom deutlicher wahrzunehmen. Und wenn ein Mensch sich selbst versteht und schätzt, dann wird sein Selbst kongruenter mit seinen Erfahrungen. Die Person wird dadurch realer und echter. Diese Tendenzen [...] befähigen die betreffende Person, ihre eigene Entfaltung wirksamer zu fördern. Sie genießt eine größere Freiheit, ein echter ganzer Mensch zu sein“ (Rogers 1983, S. 68). Culley (1996, S. 15) bringt die Wichtigkeit dieser bedingungslosen Wertschätzung und Akzeptanz treffend auf den Punkt: „Wenn es nicht gelingt, Klienten den Eindruck zu vermitteln, dass ihre Berater vertrauenswürdig sind und sie akzeptieren, wird es unwahrscheinlich sein, dass sie sich mit ihnen verbinden und dass Sie sie auf eine mehr als oberflächliche Weise kennenlernen.

**Einfühlsames Verstehen:** Einfühlsames Verstehen oder auch *Empathie* ist die Fähigkeit, sich möglichst gut in den Klienten hineinversetzen zu können, dessen Empfindungen zu spüren und zu verstehen. Es geht darum, die innere Welt der Klientin so zu spüren, als ob es die Eigene wäre, allerdings ohne jemals diese »als ob Position« aufzugeben. „Die Wut, Angst oder Verwirrung des Klienten zu spüren, als wären es die eigenen Gefühle, jedoch ohne dass die eigene Wut, Angst oder Verwirrung damit verknüpft wird, das ist die Bedingung, die wir uns zu beschreiben bemühen“ (Rogers/Schmid 1991, S. 175). Diese Empathie bewirkt es Rogers zufolge, dass die subjektive Erlebniswelt, die Wirklichkeitskonstruktion des Klienten dem Berater klarer wird. Der Berater versucht, sich in dessen inneres Erleben hineinzusetzen. Einfühlsames Verstehen ist gekennzeichnet durch das Bestreben, „die innere Welt des Klienten mit ihren Bedeutungen und Gefühlen [...] so, wie der Klient sie erlebt, wahrzunehmen und zu verstehen, so, also ob er sie selbst erleben würde (jedoch ohne diese Verwirrung, Furcht oder Freude selbst zu empfinden); und er teilt diese dem Klienten in angemessenen sprachlichen Ausdruck mit“ (Dörner u. a. 2002, S. 619).

Wichtig ist hierbei, dass sich empathisches Verstehen nicht nur auf sprachliche Äußerungen bezieht. Gefühle werden auch nonverbal kommuniziert, etwa über die Körperhaltung, Stimme, Tonfall, Gestik und Mimik. Einfühlsames Verstehen kann sich daher nicht auf Worte beschränken, sondern muss der ratsuchenden Person vielmehr „auf verschiedene Art und Weise mitgeteilt werden. Durch Worte, durch Schweigen, durch Körperkontakt. Immer geht es darum, zu spüren, was die Klientin im Moment bewegt und welche Bedeutung sie dem gibt. So entsteht ein fortlaufender gemeinsamer Suchprozess“ (Weinberger 2006, S. 39). Rogers beschreibt ausführlich den möglichen Ablauf eines solchen Suchprozesses, der



sich entwickeln kann, wenn dem Klienten Echtheit, Wertschätzung und Empathiefähigkeit signalisiert werden. Hier ein zusammenfassender Ausschnitt bezüglich der hypothetischen Erfahrung einer Klientin, die sie so oder so ähnlich reflektieren könnte: „Ich will Hilfe, aber ich weiß nicht, ob ich ihm trauen soll. Er wird vielleicht Dinge sehen, die ich in mir gar nicht kenne, erschreckende und schlimme Dinge. Scheinbar beurteilt er mich nicht, aber ich bin sicher, dass er es doch tut. Ich kann ihm nicht erzählen was mir wirklich Sorgen macht, aber ich kann ihm von einigen früheren Erfahrungen erzählen, die etwas mit meiner Sorge zu tun haben. Er scheint sie zu verstehen; da kann ich ein wenig mehr von mir verraten. Jetzt wo ich ihm ein bisschen von meiner schlechten Seite gezeigt habe, verachtet er mich sicher; aber komisch, daß man es kaum merkt. Vielleicht ist das gar nicht so schlimm, was ich ihm erzählt habe? Ist es möglich, daß ich mich gar nicht dafür zu schämen brauche, dass ich so bin? Verachtet er mich gar nicht mehr? Jetzt will ich weitergehen, mich erforschen, vielleicht mehr von mir selbst ausdrücken. Er ist so was wie ein Begleiter dabei - er versteht mich offensichtlich wirklich“ (Rogers 1982, S. 81).

## **Gesprächstechniken und hilfreiches Verhalten**

An dieser Stelle soll nun einen Überblick über hilfreiche Gesprächstechniken in der person-zentrierten Arbeit geben werden. Dazu möchte ich noch einmal Bezug nehmen auf eine der Grundhaltungen in dieser Form der Beratung: Im Zentrum des Beratungsprozesses stehen nicht die Probleme, sondern der Klient. Er übernimmt eine aktive Rolle im Gespräch. Er entscheidet über den Gesprächsinhalt. Er soll sich seine Probleme aufgrund der aktiven Auseinandersetzung mit diesen bewusst(er) werden. Beeinflussung, Überredung und Ratschlaggeben haben zu unterbleiben, da sie nicht zu Autonomie und Wachstum des Klienten führen. Denn: „Das Individuum, das über ein beträchtliches Maß an Unabhängigkeit verfügt, lehnt derartige Beeinflussungen zwangsläufig ab, um seine Integrität zu wahren. Andererseits wird das Individuum, das bereits dazu neigt, abhängig zu sein und anderen die Entscheidung zu überlassen, noch tiefer in diese Abhängigkeit getrieben“ (Rogers 1972, S. 33). Dem Ratsuchenden wird dadurch geholfen, dass er sich mit der Beraterin beraten kann, um zu einem besseren Verständnis seiner selbst und seiner Probleme zu kommen. Das soll ihn befähigen, seine jetzigen und zukünftigen Probleme aus eigener Kraft zu lösen.

Nun ist es allerdings so, dass Überzeugungen, Grundhaltungen und Menschenbild eines Beraters allein nichts beim Klienten bewirken können, wenn der Berater nicht über die Fähigkeit verfügt, diese zu kommunizieren und dem Ratsuchenden erfahrbar zu machen. Eine banal klingende, aber grundlegende Bedingung für jedes Beratungsgespräch ist es, dass beide Gesprächspartner einander verstehen. Akzeptanz und Annahme kann der Klient nur erfahren, wenn er spürt, dass ihm *wirklich* zugehört wird. Wirkliches Zuhören ist weit mehr als ein passives Vorgehen. „Annahme empfinden und Annahme fühlen lassen ist zweierlei [...] Erreicht die Annahme den anderen nicht, kann sie keinen Einfluss auf ihn haben [...]

Man muss also lernen, wie man Annahme zeigt [...] Um das zu können, sind besondere Kenntnisse erforderlich“ (Gordon 1989 in Birkenbihl 2005, S. 181). Gordon subsumiert diese besonderen Kenntnisse unter dem Oberbegriff des *aktiven Zuhörens*. Aktives Zuhören befähigt den Berater, die eigenen Überzeugungen und Haltungen auch vermitteln zu können. Es garantiert, dass die Aussage, so wie sie gemeint war, auch wirklich so beim Klienten ankommt und es ermöglicht dem Berater, die Aussagen des Klienten auch so zu verstehen, wie dieser sie gemeint hat. Ziel dieses aktiven Zuhörens ist der Dialog-Konsens. Berater und Klient müssen, wenn sie über Ereignisse und Gefühle sprechen, diesen den gleichen Bedeutungswert beimessen, damit sie nicht aneinander vorbeireden. Sie müssen also einen Konsens finden. Um dies zu erreichen, haben sich mehrere Gesprächstechniken als zielführend erwiesen, auf die ich jetzt näher eingehen möchte.

**Echtes Interesse zeigen:** Häufig erleben Ratsuchende es bereits als hilfreich, dass eine andere Person sich für sie und ihre Erfahrungen und Gefühle interessiert. Das Bestehen von Interesse am anderen Menschen kann der Berater ohne großen Aufwand vermitteln, etwa durch Rückfragen, durch eine dem Klienten zugewandte Körperhaltung, durch verständnisvolles Zunicken oder durch unverbindliche Erwiderungen wie „Ah, ooh, hmhm“ usw. Dies signalisiert, dass die Aussagen angekommen und verstanden wurden. Auch das Nichtunterbrechen und Zurückhaltung, der bewusste Verzicht auf Selbstdarstellung und Selbstbezug wie beispielsweise in Aussagen wie „Ja, das kenne ich...“ oder „Das passiert mir auch immer...“, kennzeichnen aktives Zuhören. Diese bedeutet für den Berater, auch Schweigen zulassen zu können, was viele Menschen erst lernen müssen (vgl. Mutzeck 2005, S. 84).

**Mit allen Sinnen zuhören:** Aktives Zuhören ist Zuhören mit allen Sinnen. Es reicht nicht aus, dass der Berater sich allein mit den verbal kommunizierten Aussagen des Klienten auseinandersetzt. „Daneben müssen auch der Tonfall, das Sprechtempo und Sprechpausen registriert werden. Gleichzeitig müssen Sie visuell auf die Mimik und Gestik des Klienten achten, um festzustellen, ob das verbale Verhalten des Klienten durch entsprechende nicht-verbale Signale ergänzt wird und Sie somit recht eindeutige Informationen über das emotionale Empfinden des Klienten erhalten [...]“ (Weinberger 2006, S. 49).

**Paraphrasieren von Aussagen:** Eine hilfreiche Technik, um dem Klienten zu vermitteln, dass wirkliches Interesse an seinen Ausführungen besteht, ist das Paraphrasieren. Bestimmte Schlüsselwörter werden aufgegriffen, um die Kernaussagen des Klienten mit eigenen Worten, aber inhaltlich unverfälscht, wiederzugegeben. Zweck des Paraphrasierens ist es, dem Gesprächspartner klar zu signalisieren, dass das, was er geschildert hat, auch angekommen ist und verstanden wurde. So wird Missverständnissen vorgebeugt. Der zu paraphrasierende Gesprächsinhalt kann beispielsweise mit einer Rückfrage eingeleitet werden, wie etwa „Darf ich das noch einmal wiederholen, Sie meinen also...“ oder „Habe ich Sie in dem Punkt richtig verstanden, dass...“. Dies signalisiert der ratsuchenden Person das

Bemühen des Beraters, wirklich zuzuhören und Anteil zu nehmen an den Schilderungen. Der Berater beweist somit sein Interesse am Klienten.

**Offen Frageformulierungen:** Da die aktive Teilnahme des Klienten am Beratungsprozess grundlegend ist, sollte der Berater sich bemühen, Fragen offen zu formulieren. Offene Fragen sind solche, die nicht mit einem einfachen *Ja* oder *Nein* beantwortet werden können. Sie eignen sich besser als geschlossene Fragen, den Klienten zum Reflektieren anzuregen. Außerdem wird durch sie verhindert, dass der Berater den Klienten unbewusst in eine Denk- und/oder Lösungsrichtung lenkt. Auf suggestive oder präsumtive Formulierungen wie z. B. „*Haben sie sich in dieser Situation Wut empfunden?*“ oder „*War das unangenehm für Sie*“ sollte verzichtet werden, da in solchen Fragen bereits implizit insinuiert wird, dass Wut oder Unwohlsein situationsspezifisch angemessene Reaktion sein könnte. Vielleicht aber empfindet der Klient etwas ganz anderes. Er würde dann durch die Wortwahl in den Fragen in eine Richtung gelenkt, die ihm bei der Reflexion seines Anliegens nicht wirklich hilft. Offene Fragen veranlassen den Klienten zu einer wirklichen Meinungsäußerung und durch geschicktes weiteres Nachfragen des Beraters im günstigsten Fall zu einer intensiveren Auseinandersetzung mit den eigenen Aussagen sowie dem eigenen Empfinden. Es ist für Klienten potenziell erkenntnisreich, wenn ihnen Fragen wie die folgenden gestellt werden. Sie animieren zum Reden und Nachdenken, ohne unintendiert etwas vorzugeben:

- Was möchten Sie für sich geklärt haben?
- Auf einer Skala von 1-10, wie schlimm ist die Situation?
- Was bräuchten Sie, damit Sie von (genannte Zahl) auf ein (geringere Zahl) kommt?
- Was haben Sie gemacht, dass es nicht schon schlimmer ist?
- Wie haben sie sich in dieser Situation gefühlt?
- Wie sind Sie denn bisher vorgegangen?
- Gibt es jemanden, der Ihnen helfen kann?
- Gab es schon mal eine Situation/Zeit, wo es besser war?
- Wenn ja, was war damals anders?
- Was wäre der ideale Ausgang?
- Was ist denn das Schlimmste, was passieren könnte?
- Was wäre dann, wenn diese Situation einträte?
- Was würden Sie einer Person in Ihrer Situation raten?
- Was würde passieren, wenn alles bleibt, wie es ist?
- Was wären jetzt Ihr nächster Schritt?
- Wie war das jetzt für Sie?

**Verbalisieren:** Eine weitere Technik ist das Verbalisieren emotionaler Erlebnisinhalte. Diese Technik unterscheidet sich vom Paraphrasieren insofern, als hierbei die emotionalen Anteile der Erlebnisse des Klienten in den Vordergrund rücken. Es werden also nicht alle Aussagen paraphrasiert, aufgegriffen und angesprochen werden primär die in den Aussagen mitschwingenden Gefühle des Klienten. Der Berater greift die Gefühle auf und vermittelt, dass diese verstanden wurden. Durch anteilnehmendes Interesse wird vermittelt, dass der Ratsuchende diese Gefühle haben darf und sich nicht dafür zu schämen braucht. Auch hierbei ist es das Ziel, den Klienten dazu anzuregen, sich mit seinen Gefühlen auseinanderzusetzen, sie nicht zu negieren, sondern zuzulassen. Um keine Angstgefühle beim Klienten aufkommen zu lassen, ist es aber gleichzeitig zu vermeiden, jene „Gefühle aufzudecken, deren sich der andere überhaupt nicht bewusst ist, weil das zu bedrohlich wäre“ (Rogers 1983 in Mutzeck 2005, S. 93). Das Verbalisieren emotionaler Erlebnisinhalte kann nur in entspannter, vertrauensvoller Atmosphäre stattfinden. Da es zumeist einer gewissen Zeit bedarf, bis diese sich einstellen kann, sollte die Technik nicht zu früh zum Einsatz kommen, sondern erst dann, wenn der Berater sich sicher ist, dass der Rapport gut gelungen ist.<sup>2</sup>

**Strukturiertheit der Beratung:** Grundsätzlich lässt sich zudem festhalten, dass in einer jeden Beratungssituation eine formale Ablaufstruktur wie auch eine Struktur hinsichtlich der Methodenwahl erkennbar sein sollte, damit die Beratung nicht zum Ausfragen der Klientin nach dem Motto „*Schauen wir mal wo es hinführt*“ verkommt. Eine jede Beratung sollte mit einer Einführung beginnen, in welcher der Ratsuchenden Informationen über das Vorgehen in der Beratung vermittelt werden. Im Verlauf der Beratung sollten das Problem der Klientin dann beschrieben und die Innensicht der Klientin rekonstruiert werden, bevor das Problem analysiert wird. Nachdem das Problem konkretisiert und analysiert wurde, sollten Berater und Klientin ko-konstruktiv ein Ziel erarbeiten und sich über mögliche Lösungen und Alternativen in der Zielsetzung austauschen, wobei die Klientin als autonomes Individuum immer die Entscheidungsfreiheit besitzt, sich für oder gegen ein gemeinsam erarbeitete Ziel zu entscheiden. Nachdem dieses gesetzt und präzisiert wurde, müssen Berater und Klientin planen, wie das Ziel in der Lebenswirklichkeit der Klientin umgesetzt werden kann. Die Handlungsabsichten sollten besprochen und reflektiert werden. Im Zuge einer Nachbearbeitung sollte dann schließlich analysiert werden, wie die Umsetzung oder Nichtumsetzung der gesteckten Ziele verlaufen ist (vgl. Mutzeck 2005. S. 178-179).

---

<sup>2</sup> Unter Rapport wird das Entwickeln einer vertrauensvollen, von wechselseitiger empathischer Aufmerksamkeit geprägten, professionellen Beziehung verstanden. Rapport ist eine Kumulation aus Empathie, Offenheit, Interesse am Gegenüber, sprachlicher Klarheit, Verzicht auf Doppeldeutigkeit und Authentizität in der Interaktion. Je besser der Rapport gelingt, desto wahrscheinlicher ist es, dass der Klient hinreichend Vertrauen fasst, um sich zu öffnen und auch jene Aspekte anzusprechen, die eventuell besonders intim für ihn sind.

## Personzentrierte Beratung in der Sozialen Arbeit

---

Hier möchte ich nun der Frage nachgehen, wie und wo personzentrierte Beratung in der Sozialen Arbeit zur Anwendung kommen kann. Wie zu Anfang bereits erwähnt, kann in praktisch jedem Arbeitsfeld, das durch Kommunikation und Interaktion geprägt ist, personzentriert gearbeitet werden. Schülerzentrierter Unterricht, Personzentrierte Psychotherapie, Personzentrierte Gruppen-, Betreuungs-, Trauer-, Hospizarbeit, Beratung von Migrant\*innen, Jugendlichen, Straffälligen sind einige mögliche Bereiche, in denen personzentriert beraten werden kann. Eine konkrete Anwendungsmöglichkeit des personzentrierten Ansatzes in der Sozialen Arbeit möchte ich nun vorstellen, indem ich Bezug nehmen auf ein klassisches Konzept der Sozialen Arbeit: auf die Soziale Einzelfallhilfe. Dies ist insofern praktikabel, als sich die Grundannahmen und Prinzipien des personzentrierten Ansatzes ebenfalls in der Sozialen Einzelfallhilfe wieder finden. Die Soziale Einzelfallhilfe geht auf die US-Amerikanerin Mary Richmond zurück und wurde in Deutschland Mitte der 20er Jahre des letzten Jahrhunderts durch Alice Salomon bekannt gemacht. Sie bildet zusammen mit der Sozialen Gruppenarbeit und der Gemeinwesenarbeit das Dreigespann der klassischen Konzepte der Sozialen Arbeit. Bei der Sozialen Einzelfallhilfe handelt es sich um eine Form der Hilfestellung, die sich an einzelne Individuen richtet und die zu behandelnden Probleme und Ressourcen zur Behebung dieser Probleme primär in den Individuen selbst lokalisiert.

„Wenn uns die Geschichte der Sozialen Einzelfallhilfe etwas lehrt, dann ist es vor allem dies, dass es nur auf dem Gebiet der individuellen Reaktionsmuster und der Möglichkeiten ihrer therapeutischen Veränderung durch verantwortungsvolle und bewusste Beziehung eine legitime professionelle Einzelhilfe geben kann“ (Robinson, zit. nach Smalley 1977 in Galuske 1998, S. 78). Auch Salomon schreibt, die Aufgabe der Fürsorgerin sei es, auf einen Menschen durch Veränderung und Beeinflussung von dessen Haltung einzuwirken (vgl. Salomon 1926 in Galuske 1998, S. 78). Die der Sozialen Einzelfallhilfe zugrunde liegende Annahme ist, dass soziale Probleme psychische Probleme sind. Sie sind lokalisiert in den Individuen selbst. Veränderungsimpulse durch die Hilfe haben sich demzufolge auf das Individuum, dessen Sichtweise und dessen Verhalten zu richten. Umweltfaktoren werden vernachlässigt zugunsten des Individuums, dem die potenzielle Kraft zugesprochen wird, durch gezielte Hilfestellung zu mehr Selbstständigkeit und Eigenverantwortung gelangen zu können. Hier zeigt sich eine erste Überschneidung mit Rogers Ansatz, da auch er der Bewusstseinsveränderung und Problemlösungskompetenz aus dem inneren Antrieb des Individuums heraus eine höhere Relevanz einräumt als der Bedeutung von Umweltfaktoren. Ferner ist sowohl in der Sozialen Einzelfallhilfe als auch im personzentrierten Beratungsgespräch die helfende Beziehung zwischen Sozialarbeiter und Klient von großer Bedeutung. Nur in einer intakten und vertrauensvollen Beziehung ist es dem Klienten möglich, Hilfe anzunehmen, um zu mehr Eigenverantwortung zu gelangen. Es ist primär das Indivi-

duum, das Subjekt der Betrachtung, das es zu verändern gilt, nicht die eventuell problematische Umwelt (vgl. Galuske 1998, S. 78). Galuske unterscheidet drei Ausrichtungen innerhalb der Sozialen Einzelfallhilfe: den psychosozialen Ansatz, den funktionalen und den problemlösenden Ansatz (vgl. Galuske 1998, S. 79). Auf diese Ausrichtungen soll hier im Detail nicht eingegangen werden, lediglich soll hervorgehoben werden, dass der funktionale Ansatz derjenige ist, der die deutlichsten Übereinstimmungen mit Rogers personenzentriertem Ansatz aufweist. Sowohl in der funktionalen Einzelfallhilfe wie auch im personenzentrierten Ansatz steht die helfende Beziehung im Vordergrund. Durch sie gilt es, den Klienten (wieder) dazu zu befähigen, eigene Entscheidungen zu treffen.

Der Klient wird prinzipiell als fähig und autonom betrachtet. Durch eine förderliche Beziehung kann er, so die Grundannahme, zu Wachstum und persönlicher Entwicklung gelangen und wieder Verantwortung für sein Leben übernehmen. Die Idee ist die folgende: Der Sozialarbeiter baut eine Beziehung zum Klienten auf, in deren Verlauf der Klient durch Hilfestellung dazu befähigt wird, seine Probleme zu erkennen und daraufhin Ressourcen zu erschließen, um diese Probleme eigenverantwortlich lösen zu können. Der Sozialarbeiter begleitet, hilft und fördert, gibt aber keine Verhaltensanweisungen, sondern verhilft dem betroffenen Menschen, die eigenen Kräfte zu finden und einzusetzen um Probleme konstruktiv zu lösen. Neben dem Ziel der Problemlösung wird somit auch die Freiheit und Selbstbestimmung des Klienten aufrechterhalten und gefördert. Hierin zeigt sich, dass der aus dem personenzentrierten Ansatz bekannte Grundsatz der Autonomie und Selbstbestimmung also auch ein entscheidender Aspekt der Sozialen Einzelfallhilfe ist. Um dem Klienten ein Höchstmaß an Freiheit zuzugestehen, und um ihm möglichst viel Transparenz bzgl. der jeweiligen Tätigkeit zu vermitteln, ist die Soziale Einzelfallhilfe, wie auch die personenzentrierte Beratung, des Weiteren strukturiert und zeitlich begrenzt. Weinberger (2006, S. 35) nennt darüber hinaus drei wesentliche Kennzeichen der Sozialen Einzelfallhilfe, die ebenfalls ein personenzentriertes Vorgehen kennzeichnen:

- 1) Nicht *für* den Klienten wird etwas getan, sondern »mit ihm«. Es bedarf der aktiven Mithilfe des Klienten, des gemeinsamen Beratens sowie Arbeitens, um die Eigenkräfte der Klienten zu fördern und zu stärken. Der Klient soll zu einer Auseinandersetzung mit seinen Problemen angeregt und empowernd befähigt werden, sich selbst zu helfen.
- 2) Um eben diese Selbsthilfe zu ermöglichen, ist die vertrauensvolle und helfende Beziehung zwischen Klient und Sozialarbeiter von entscheidender Wichtigkeit.
- 3) Der Fokus hat auf dem »Hier und Jetzt« zu liegen, weil jetzt, in der Gegenwart, an den Problemen gearbeitet werden muss. Die übermäßige Beschäftigung mit Vergangenheit und Zukunft wird bewusst vernachlässigt zugunsten des Gegenwartsbezuges. Was aktuell ansteht, was momentan Probleme bereitet, gilt es zusammen zu bearbeiten.



Auch Maas (1966) formuliert Prinzipien der Sozialen Einzelfallhilfe, die sich in ähnlicher Form bei Rogers wieder finden. Charakteristisch für die Soziale Einzelfallhilfe ist ihm zufolge das Prinzip des Akzeptierens des Klienten, das Prinzip der Interaktion zwischen Sozialarbeiter und Klient, die Notwendigkeit, sich auf die jeweilige Person einzulassen, die aktive Beteiligung des Klienten an der Problemlösung, die Vertraulichkeit zwischen beiden Interaktionspartnern sowie die Notwendigkeit der Selbstkontrolle und Selbstreflexion des Sozialarbeiters (vgl. Maas 1966 in Galuske 1998, S. 82). Weitere Übereinstimmungen zwischen Sozialer Einzelfallhilfe und personenzentrierter Beratung sind die Notwendigkeit der Phasierung und Strukturierung des Hilfeprozesses sowie die Anwendung bestimmter, förderlicher Gesprächstechniken. Dabei mag zwar je nach Mensch und Arbeitsfeld, notwendig sein, den Schwerpunkt der Arbeits- oder Beratungstätigkeit zu verlagern und bestimmte Inhalte anders zu akzentuieren, aber sowohl der personenzentrierte Ansatz als auch die Soziale Einzelfallhilfe in ihrer funktionalen Orientierung haben dasselbe Fundament: Ein humanistisches Menschenbild, das den Menschen als autonom und kompetent betrachtet. Das Individuum wird als prinzipiell fähig und willens angesehen, seine Probleme selbst, aus eigenem Antrieb zu lösen. Da dieser Antrieb manchmal verschüttet ist, gilt es, ihn mithilfe des Sozialarbeiters/Beraters/Therapeuten wiederzuerlangen.

Die Grundprämisse ist immer: „Der Betroffene wird befähigt, sich selbst zu helfen, die Hilfe von außen wird mit der Zeit entbehrlich“ (Weinberger 2006, S. 207). Der Grundsatz sollte immer sein, Hilfe zur Verfügung zu stellen, solange diese nötig ist, sich dann aber nach einiger Zeit bewusst zurückzuziehen, damit es nicht zu einem Zuviel an Hilfe und dadurch zu Entmündigung kommt. Dabei haben sowohl Soziale Einzelfallhilfe als auch personenzentrierter Ansatz immer die Persönlichkeitsentwicklung des Individuums zum Ziel, die über eine helfende Beziehung zwischen Klienten und Sozialarbeiter vollzogen wird. „Nur eine intakte Beziehung ermöglicht, dass der Klient den Sozialarbeiter als vertrauensvollen Gesprächspartner akzeptiert und damit auch die Hilfe des Sozialarbeiters anzunehmen bereit ist“ (Galuske 1998, S. 79). Doch dabei gilt es eines grundsätzlich zu bedenken: Das personenzentrierte Vorgehen ist zwar »eine« wirksame Methode in der Sozialen Einzelfallhilfe, aber eben nicht die einzige. Die Komplexität menschlicher Interaktionen würde sträflich vernachlässigt, wenn immer nur eine Kommunikationsmethode zur Anwendung käme. Die Soziale Einzelfallhilfe ist ein übergeordneter Handlungsansatz, in den unterschiedliche Methoden integriert werden können und sollen. Denn nur so dann kann jedem Klienten individuell, nach seinen jeweiligen Bedürfnissen, geholfen werden, wenn z. B. auch „kommunikationstheoretische Ansätze, der Ansatz der Verhaltensmodifikation, psychoanalytisch orientierte Vorgehensweisen wie auch die konkrete Hilfe bei materiellen und rechtlichen Fragen [...]“ zur Anwendung kommen (Weinberger 2006, S. 36). Das personenzentrierte Vorgehen in der Sozialen Einzelfallhilfe darf nie unreflektiert zur Anwendung kommen. Denn auch die vermeintlich beste Methode, die bei einem Klienten funktioniert hat, lässt sich allein deshalb noch lange nicht auf die Arbeit mit einem anderen Klienten übertragen.



Immer muss situationsspezifisch vorgegangen werden. Das Ziel, dem Klienten zu helfen, bestimmt die Arbeit – nicht die Methode. Daher muss das jeweilige Vorgehen stets dem Charakter des Klienten und den Erfordernissen der jeweiligen Situation angepasst werden, was durchaus bedeuten kann, dass manchmal auch direktiv zu agieren ist.

## **Kritik am personzentrierten Ansatz**

„Es ist schwer, Theorien zu kritisieren, die auf der Seite der Engel stehen. Wer könnte schon etwas gegen die Wichtigkeit des Selbstkonzepts, der Verwirklichung des eigenen Potenzials oder der Motive zum persönlichen Wachstum sagen“, fragt Zimbardo (1995, S. 493). Eine wichtige Frage, auf die es mehrere Antworten gibt. Zunächst einmal sei nochmals darauf verwiesen, dass die personzentrierte Beratung den Klienten als autonomes Individuum betrachtet. Sie maßt sich im Gegensatz zu direktiven Ansätzen gerade nicht an, prinzipiell besser als der Klient selbst zu wissen, was für diese gut ist. Doch so schön sich dies anhört, so problematisch kann es in bestimmten Fällen sein. Denn es gibt ja zweifellos Fälle und Situationen, in denen der Klient ein oftmals destruktives und selbstschädigendes Verhalten zeigt, ohne aber die Einsichtsfähigkeit mitzubringen, dass etwas verändert werden muss. Manche Klienten beweisen durch ihr Verhalten doch, dass sie zumindest vorübergehend gerader »nicht« imstande sind zu erkennen, dass sie sich schaden. Manchmal muss im Interesse des Klienten daher durchaus auch direktiv vorgegangen werden, indem klare Handlungsanweisungen gegeben werden. Eine Fixierung auf unbedingte Autonomie und freie Entscheidung ist in diesem Fall wenig hilfreich. Folgerichtig warnt Sander (1999, S. 22) davor, direkte Beratung als weniger wertvoll und wichtig anzusehen als einen nicht-direktiven Ansatz. Denn auch ein direktives Vorgehen kann sich je nach Problemstellung als hilfreich erweisen. Es ist nicht zwangsweise lenkend und beeinflussend, zumal kein Klient gezwungen wird, einem Ratschlag Folge zu leisten. „Klare Handlungsvorschläge, Informationen und Vermittlung von Kenntnissen können unter Umständen weniger einengende Wirkungen auf den Klienten entfalten, soweit sie in ihrer Absicht überschaubar sind und der Klient diese auch abwehren kann und sich anders orientieren kann.“

Rogers mute, so die Kritik, dem Beratenden vielleicht *zu viel* Freiheit zu, die eben auch verunsichern kann. Ferner kritisiert Snyders Rogers für dessen Behauptung, direktives Verhalten in der Beratung führe zu einer Entmündigung und bedrohe das Selbstwertgefühl. „Die Therapiesituation rechtfertigt das ausschließlich nicht-direktive Vorgehen: so mag für den psychisch Kranken ein Dialog, eine Bewertung, eine Perspektive durch den Therapeuten eingebracht, in der Tat bedrohlich sein, sein Selbstbewusstsein gefährden. [...]“ Es sei aber, so Snyders, nicht legitim, diese Schwäche bei grundsätzlich jedem Individuum zu unterstellen, das eine Beratung oder Therapie aufsucht (vgl. Snyders, zit. nach Gilles 1980 in Galuske 1998, S. 187). Ein weiterer kritikwürdiger Aspekt ist Gilles zufolge die Widersprüchlichkeit des klientenzentrierten Ansatzes. Denn wenn man die Forderung des nicht-

direktiven Verhaltens und die Forderung nach Echtheit ernst nehmen, komme ein echtes, wertschätzendes Verhältnis zwischen zwei Menschen in der Beratung oder Therapie gar nicht immer zustande, weil der Berater sich so wie er ist, als Person mit Gefühlen, Bedenken, Vorurteilen etc. strikt zurücknehmen müsse (vgl. Gilles 1980 in Galuske 1998, S. 187-188). In einer realen Beratungssituation dürfte es einem Berater außerordentlich schwer fallen, jedem Klienten bedingungslose Akzeptanz entgegenzubringen, selbst wenn man jemanden in höchstem Maße als unsympathisch oder gar amoralisch empfindet. Gilles merkt diesbezüglich ferner an, man könne keineswegs von wirklich gleichwertigen Gesprächspartnern sprechen, wenn dem Berater primär die Funktion zugesprochen werde, als Alter Ego zu fungieren und Gefühle sowie Gedanken zurückzuspiegeln.

Häufig kritisiert wird ferner, dass Rogers die von ihm verwendeten Begriffe wie *Person*, *Selbst* und *Selbstverwirklichung* nicht immer konsistent gebraucht, wodurch deren Verständnis nicht gerade erleichtert wird: „Der Gebrauch des Begriffes Selbst und seine Spielarten bei Rogers lässt [...] weder eine in sich haltbare Phänomenologie der Person noch eine Theorie der Person erkennen. Der Kerngedanke, der bei Rogers von allem Anfang an zu erkennen ist, dass der Mensch im Kern gut ist, ist eine anthropologische These, deren Umwandlung in ein empirisch prüfbares Begriffssystem nicht annähernd gelungen ist [...]“ (Kropf 1976 in Rogers/Schmid 1991, S. 134). Eisenga (1989) kritisiert Rogers ebenfalls dafür, dass sein Menschenbild sich aus einer undifferenzierten Mischung individualistischer Züge speise. Es sei weder empirisch überprüfbar noch in sich oder in der Begriffsverwendung konsistent (vgl. Eisenga 1989 in Rogers/Schmid 1991, S. 134). Auch Zimbardo (1995, S. 493) verweist auf das Definitionsdefizit der von Rogers verwendeten Ausdrücke. Grundlage von Rogers Ansatz ist das Streben nach Selbstverwirklichung, die angeborene Aktualisierungstendenz. Allerdings besteht in Fachkreisen keine Einigkeit darüber, ob es diese tatsächlich gibt, ob es sich - wenn sie existiert - um eine angeborene Tendenz handelt, oder ob es eine im Sozialisationsprozess erworbene, durch den kulturellen Kontext geprägte und demnach auch nicht in allen Menschen gleichsam innewohnende Tendenz ist.

Ein weiterer Kritikpunkt am personenzentrierten Ansatz ist die Vernachlässigung von Umweltfaktoren: „Der klientenzentrierte Ansatz konzentriert seine Veränderungsimpulse auf die Innenwelt des Klienten. Es geht ihm nicht um die Modifikation von Situationen, sondern um die Veränderung von Wahrnehmungen von Situationen durch das (leidende) Individuum. Damit bleibt die Umwelt als evtl. problematische und damit zu verändernde Größe außen vor“ (Galuske 1998, S. 187). Dem Klienten allein wird die Fähigkeit zugesprochen, Veränderungen durch eine veränderte Wahrnehmungshaltung zu bewirken. Die Betonung liegt auf dem Selbst als Quelle der Erfahrung und Handlung. Problematisch ist das laut Gilles (1980 in Galuske 1998, S. 187) insofern, als dadurch unterstellt wird, für die persönliche Reife und Entwicklung sei die Beachtung und Änderung sozialer Strukturen unbedeutend. Gilles spricht von einer Entwertung des inhaltlichen Anliegens durch Nichtbeachtung.

Wenn allein dem Individuum die Freiheit und Fähigkeit zugesprochen wird, prinzipiell die Kraft in sich zu tragen, all seine Probleme von sich aus lösen zu können, dann wird die Realität der Wechselwirkungen von Individuum und Umwelt verkannt. Folgt man dem klientenzentrierten Ansatz, dann ist das eigentliche Problem die Wahrnehmung des Individuums, die verändert werden muss, nicht etwa vorhandene existenzielle Probleme wie Schulden, Wohnraumknappheit, Arbeitslosigkeit, Gewalterfahrungen, Exklusion etc. Diese Kritik an der Vernachlässigung von Umweltfaktoren betreffend ist allerdings anmerken, dass Rogers nie behauptet hat, alle individuellen und anpassungsbedingten Probleme ließen sich durch personzentrierte Beratung lösen. Er schreibt dazu: „So wichtig Beratung sein mag, so muss doch deutlich gemacht werden, dass sie nicht den einzigen Ansatz zur Behandlung der Probleme des Individuums darstellt. [...] Beratung ist kein Allheilmittel für sämtliche Fehlanpassungen. [...] Beratung ist eine Methode [...]“ (Rogers 1972, S. 23).

Rogers legt den Fokus zwar zum überwiegenden Teil auf das Individuum und auf dessen Selbstheilungskräfte, er spricht aber ebenfalls die Notwendigkeit der therapeutischen Umweltveränderung an. Zu dieser gehöre „die Behandlung des Individuums durch Manipulation seiner Umgebung.“ Darunter verstanden werden „alle nur möglichen Mittel, durch die die Umgebung des Individuums einer zufriedenstellenden Anpassung förderlich wird. [...] Wenn derartige Veränderungen wohl überlegt und geschickt durchgeführt werden, können sie Einstellungen, Verhaltensweisen und Anpassung des Individuums außerordentlich wirkungsvoll verändern“ (Rogers 1972, S. 25). Als problematisch am personzentrierten Ansatz kann sich zu guter Letzt aber auch die Tatsache erweisen, dass ein hohes Maß an Selbstreflexionsfähigkeit vorausgesetzt wird. Zur Reflexion fähig sind aber nur Personen, die ihre Probleme auch erfassen und einordnen können. Psychoanalytiker kritisieren daher, dass Personen, die unbewusste Abwehrmechanismen einsetzen, um mit ihren Konflikten umzugehen, sich gar nicht selbst genau beschreiben könnten, wenn sie nur über bewusst ablaufende Prozesse berichten können. Die Rolle des Therapeuten als reine Gesprächsstütze greife zu kurz, da die Macht und der Einfluss des Unbewussten im Rahmen des personzentrierten Ansatzes nicht (an)erkannt werde. Ferner wird kritisiert, dass die Komplexität der Persönlichkeit unzulässig vereinfacht werde, wenn sie schlicht auf die Selbstverwirklichungstendenz reduziert werde (vgl. Zimbardo 1995 S. 493).

## **Fazit**

---

Summa summarum sollte deutlich geworden sein, dass die personzentrierte Beratung eine hilfreiche Methode in der Sozialen Arbeit darstellen kann, aber nicht immer muss. Sie ist oftmals hilfreich, darf aber nicht als Patentrezept aufgefasst werden. Personzentrierung allein reicht selten. Vielmehr gilt, dass ein jeder Berater über ein ausreichendes Repertoire an Gesprächstechniken verfügen muss, um sowohl nicht-direktiv als auch direktiv beraten zu können, je nach situationsspezifischem Erfordernis. Ganz egal, welche Methode gewählt

wird und wie auch immer der Beratungsprozess strukturiert sein mag, die Methode sollte immer Methode bleiben. Sie sollte nie zum Selbstzweck verkommen. Berater sollten nicht deshalb personenzentriert beraten, weil das die einzige Form der Beratung ist, die sie erlernt haben, sondern deshalb, weil diese Methode in der jeweiligen Situation als bestmögliche Form der Hilfestellung erscheint. Ziel der Beratung sollte immer sein, dem Klienten bei der Lösung seiner Probleme zu helfen. Gleichsam gilt es dabei, dem Klienten ein Höchstmaß an Freiheit, Autonomie und Selbstbestimmung zu ermöglichen. Die Frage, ob dazu direktiv oder nicht-direktiv vorgegangen wird, ist sekundär. Es muss bedarfsgerecht agiert werden. Berücksichtigung finden müssen sowohl die institutionellen Rahmenbedingungen, unter denen die Beratung vollzogen wird, als auch die individuellen Bedürfnisse des Klienten, derer man sich durch Nachfragen immer wieder vergewissern muss. Der Mensch steht im Mittelpunkt und jeder Mensch ist verschieden. Um dieser Verschiedenheit gerecht zu werden, ist für jeden Menschen eine individuell stimmige Beratungsform zu (er)finden.

Dass ein solches Vorgehen ein Idealbild darstellt und dass das Streben danach einem jeden Berater ein hohes Maß an Engagement abverlangt, steht außer Frage. Ein solches Engagement wird daher wohl auch nur von Menschen aufgebracht werden können, die Antrieb schöpfen aus ihrem Menschenbild und ihren Idealen. Wenn das eigene Menschenbild zum Antrieb des Handelns wird, wenn der Mensch ins Zentrum der Beratung rückt, wenn ihm Anerkennung, Akzeptanz und Interesse entgegengebracht werden, dann kann er sein Potenzial und seine Ressourcen viel eher erschließen, als es ihm durch ein rein ratschlaggebendes, ausschließlich lenkendes und bestimmendes, entmündigendes Verhalten möglich wäre. Im Zentrum einer jeden Beratung sollte daher der Mensch als prinzipiell lernfähiges und lernwilliges Wesen stehen, dann dessen Probleme, die gemeinsam mit dem Berater gelöst werden können. Der Mensch steht im Zentrum! Das ist die kürzeste und auf den Kern reduzierte Erkenntnis, die aus der Auseinandersetzung mit der personenzentrierten Beratung gewonnen werden kann. Schließen soll dieser Text mit einem Zitat von Vera Birkenbihl (2005, S. 188), die sich diese Thematik betreffend folgendermaßen äußert: „Lerne alles, was du kannst, über die Verbesserung der Kommunikation. Aber: Wenn du einem anderen gegenüberstehst, vergiss die Theorie. Stell dich auf den Menschen ein, nicht auf die Nachricht.“ Das sollte Konsens sein – und zwar in jedem Beratungsprozess, personenzentriert oder nicht.

## Literatur

---

- Birkenbihl, Vera F.: Kommunikationstraining. Heidelberg 2005
- Culley, Sue: Beratung als Prozeß. Weinheim und Basel 1996
- Dietrich, Georg: Allgemeine Beratungspsychologie. Göttingen 1983
- Dörner, Klaus u. a.: Irren ist menschlich. Bonn 2002
- Galuske, Michael: Methoden der Sozialen Arbeit. Weinheim und München 1998
- Giesecke, Hermann: Pädagogik als Beruf. Weinheim und München 1997
- Groddeck, Norbert: Carl Rogers. Darmstadt 2002
- Krause, Christina u. a.: Pädagogische Beratung. Paderborn 2003
- Mollenhauer, Klaus: Einführung in die Sozialpädagogik. Weinheim und Basel 2001
- Mutzeck, Wolfgang: Kooperative Beratung. Weinheim und Basel 2005
- Retter, Hein: Studienbuch Pädagogische Kommunikation. Rieden 2002
- Rogers, Carl R.: Der neue Mensch. Stuttgart 1983
- Rogers, Carl R.: Die Kraft des Guten. München 1985
- Rogers, Carl R.: Die nicht-direktive Beratung. München 1972
- Rogers, Carl R.: Entwicklung der Persönlichkeit. Stuttgart 1982
- Rogers, Carl R.: Lernen in Freiheit. Frankfurt am Main 1974
- Rogers, Carl R. & Schmid, Peter F.: Person-zentriert. Mainz 1991
- Sander, Klaus: Personzentrierte Beratung. Weinheim und Basel 1999
- Weinberger, Sabine: Klientenzentrierte Gesprächsführung. Weinheim und München 2006
- Zimbardo, Philip G.: Psychologie. Berlin und Heidelberg 1995

## Bildnachweis

---

Urheber des Bildes auf Seite 1 ist Gerd Altmann. Das Bild ist frei zur privaten und kommerziellen Nutzung. Es ist zu finden unter [Pixabay/geralt](https://pixabay.com/geralt)

## Über den Autor

---

Christian Philipp Nixdorf ist Sozialarbeiter und Organisationspädagoge mit Interessenschwerpunkt Beratungs-, Organisations- und Professionsforschung. Er ist bei Fragen, Anmerkungen oder Kritik per E-Mail erreichbar unter [PhilippNixdorf@outlook.de](mailto:PhilippNixdorf@outlook.de)